



PUTEREA

Rhonda Byrne

Rhonda Byrne

PUTEREA

Traducerea: Cristian Hanu

Editura ADEVĂR DIVIN

Brașov, 2011

Editor: Cătălin Parfene

*„Aceasta este cauza oricărei perfecțiuni,
a tuturor lucrurilor care există în Univers.”
(Tăbliță de Smarald – aprox. 3000 Î. Ch.)*

Dedicată ție

Cuvânt înainte

Nu voi uita niciodată data de 9 septembrie 2004. Când m-am trezit, dimineața părea la fel ca oricare alta, dar ziua care a urmat avea să se dovedească cea mai bună zi din viața mea.

La fel ca alți oameni, m-am luptat și am muncit din greu pentru a supraviețui, încercând să fac față cât de bine puteam dificultăților și obstacolelor care îmi apăreau în cale. Anul 2004 a fost cu deosebire dificil pentru mine, iar pe data de 9 septembrie circumstanțele exterioare m-au îngenucheat în sfârșit. Totul mergea prost în viața mea: relațiile, starea de sănătate, cariera și finanțele. Nu puteam vedea nicio cale de scăpare din această situație care mi se părea fără ieșire. Și chiar atunci, s-a întâmplat!

Fiica mea mi-a dat o carte veche de o sută de ani¹, iar în cele 90 de minute cât mi-a luat să o citesc, întreaga mea viață s-a schimbat. Am înțeles pe loc de ce mi s-a întâmplat tot ce mi s-a întâmplat și ce trebuia să fac ca să corectez situația în care mă aflu, transformându-o în cea pe care mi-o doream. Am descoperit astfel un secret care a fost transmis de-a lungul secolelor, dar pe care foarte puțini oameni l-au cunoscut.

Începând din acea clipă, lumea pe care o percepeam nu a mai fost aceeași. Tot ce am crezut până atunci în legătură cu mecanismele de funcționare ale vieții s-a dovedit fals. De fapt, convingerile mele erau chiar *opusul* realității. Am trăit decenii la rând crezând că lucrurile din viața noastră ni se întâmplă pur și simplu. Pentru prima dată, îmi dădeam seama care era incredibilul adevăr.

Am înțeles de asemenea că marea majoritate a oamenilor continuă să ignore acest secret. De aceea, mi-am propus să îl împărtășesc întregii lumi. Luptându-mă cu obstacole greu de imaginat, am creat filmul *Secretul*, care a ieșit pe piață în anul 2006. Mai târziu în același an am scris cartea *Secretul*, care mi-a permis să împărtășesc

¹ Știința de a deveni bogat, de Wallace Wattles. Cartea în limba engleză poate fi descărcată gratuit de site-ul: www.thesecret.tv.

încă și mai amănunțit revelația pe care am avut-o.

Când *Secretul* a apărut pe piață, vestea s-a răspândit ca fulgerul, iar *Secretul* a fost împărtășit de milioane de oameni din toate colțurile planetei. La ora actuală, zeci de milioane de oameni din toate țările globului și-au schimbat viețile într-o manieră incredibilă, pentru simplul motiv că au aflat și au început să aplice *Secretul*.

După ce au învățat cum să își schimbe viața prin aplicarea *Secretului*, mii de oameni mi-au împărtășit uimitoarele lor experiențe de viață, inclusiv comentariile lor legate de acestea. Aceste comentarii mi-au permis să înțeleg și mai bine *Secretul*, ajungând la o cunoaștere care poate schimba instantaneu viața.

Secretul revelează legea atracției, cea mai puternică lege care ne guvernează viața. Cartea *Puterea* conține esența tuturor lucrurilor pe care le-am învățat după publicarea cărții *Secretul* în anul 2006.

Citind această carte, vei începe să înțelegi că pentru a-ți schimba viața relațională, situația financiară, starea de sănătate și cea de bunăstare, cariera și în general întreaga viață, nu ai nevoie decât de un singur lucru.

Nu trebuie să fi citit neapărat *Secretul* pentru ca *Puterea* să îți schimbe viața, căci aceasta din urmă conține tot ceea ce trebuie să știi. Pe de altă parte, dacă ai citit deja *Secretul*, această carte îți va îmbogăți nemăsurat de mult cunoașterea și înțelegerea.

Există atât de multe lucruri pe care doresc să ți le împărtășesc, pe care trebuie neapărat să le afli: lucruri legate de tine și de viața ta. Și este foarte bine. De fapt, este nemaipomenit de bine... Este fenomenal!

Mulțumiri

Doresc să îmi exprim recunoștința cea mai profundă tuturor oamenilor din istoria umanității care și-au riscat viața pentru a transmite cunoașterea și adevărul vieții generațiilor următoare.

Pentru crearea acestei cărți, Puterea, doresc să le mulțumesc următoarelor persoane pentru neprețuita lor asistență, fără de care cartea nu ar fi putut apărea: lui Skye Byrne pentru fenomenala ei editare și pentru sfaturile pe care mi le-a dat, împreună cu Jan Child, pentru încurajarea, expertiza și neprețuitele lor comentarii; lui Josh Gold pentru cercetările istorice și științifice amănunțite pe care le-a făcut; lui Shamus Hoare de la Gozer Media și lui Nic George pentru design-ul cărții; în plus, îi mulțumesc lui Nic George pentru grafica originală a copertii, precum și pentru dedicația cu care a lucrat pentru a crea o carte frumoasă și originală, care să atingă viața tuturor persoanelor care o țin în mână.

Le datorez mulțumirile mele cele mai profunde editorilor mei de la Simon & Schuster: Carolyn Reidy și Judith Curr, pentru credința și pentru capacitatea lor de a-și deschide mintea și inima, care ne-au permis tuturor să creăm o cale nouă, capabilă să aducă bucurie în viața a miliarde de oameni; editoarei mele, Leslie Meredith, care a făcut din procesul de editare a *Puterii* o bucurie continuă; editorilor Peg Haller, Kimberly Goldstein și Isolde Sauer; precum și restului echipei de la Simon & Schuster: Dennis Eulau, Lisa Keim, Eileen Ahearn, Darlene DeLillo, Twisne Fan, Kitt Reckord și Donna Loffredo, pentru eforturile lor neostoite.

Doresc să îmi exprim iubirea și recunoștința pentru colegii mei de muncă și pentru iubiții mei prieteni care alcătuiesc împreună cu mine echipa *Secretului*, pentru curajul lor de a-și deschide mintea în fața tuturor posibilităților și de a depăși orice provocare, astfel încât să putem aduce cu toții mai multă bucurie în această lume: Paul Harrington, Jan Child, Donald Zyck, Andrea Keir, Glenda Bell, Mark O'Connor, Damian Corboy, Daniel Kerr, Tim Patterson, Hayley Byrne, Cameron Boyle, Kim Vernon, Chye Lee, Lori Sharapov, Skye Byrne, Josh Gold, Nic George, Laura Jensen și Peter Byrne.

Doresc să le mulțumesc de asemenea avocaților mei Michael Gardiner și Susan Seah de la firma Gardiner Seah, precum și avocaților Brad Brian și Luis Li de la firma Munger Tolles, pentru sfaturile lor competente și pentru expertiza lor, pentru faptul că sunt un exemplu de integritate și de adevăr, și pentru pozitivitatea pe care au adus-o în viața mea.

Le mulțumesc dragilor mei prieteni care mă inspiră în permanență: Elaine Bate, Bridget Murphy, Paul Suding, Mark Weaver, Fred Nalder, Dani Hahn, Bobby Webb, James Sinclair, George Vernon, Carmen Vasquez, Helmer Largaespada și nu în ultimul rând, lui Angel Martin Velayos, a cărui lumină spirituală și a cărui credință mă inspiră de fiecare dată, ajutându-mă să descopăr în mine noi resurse de a aduce mai multă bucurie în viața a miliarde de oameni.

Le mulțumesc fiicelor mele Hayley și Skye, care sunt cele mai bune profesoare ale mele și care îmi luminează viața în fiecare zi prin simpla lor prezență; precum și surorilor mele Pauline, Glenda, Jan și Kaye, pentru iubirea și pentru sprijinul lor nesfârșit pe care mi l-au acordat deopotrivă în momentele de restriște și în cele de apogeu. Pierderea subită a tatălui nostru în anul 2004 m-a condus la descoperirea Secretului. În timp ce scriam Puterea, mama noastră (care a fost totodată și cea mai bună prietenă a noastră) a trecut de asemenea în lumea celor drepti, lăsându-ne să ne continuăm viața fără ea, să încercăm să dăm tot ce este mai bun în noi și mai ales să facem dovada iubirii noastre necondiționate, astfel încât să ne aducem contribuția la schimbarea în bine a acestei lumi. Îți mulțumesc din inimă, dragă mamă, pentru tot ce ai făcut pentru noi.

Introducere

Destinul tău este să duci o viață *minunată*!

Destinul tău este să te bucuri de tot ce iubești și de tot ce îți dorești, să desfășori o activitate care te entuziasmează și să realizezi tot ceea ce îți propui să realizezi. Destinul tău este să ai relații bune cu familia și cu prietenii tăi, care să îți umple inima de fericire. Destinul tău este să te bucuri de toți banii de care ai nevoie pentru a-ți asigura o viață minunată și împlinită. Destinul tău este să îți îndeplinești toate visele! Dacă îți dorești să călătorești, înseamnă că acesta este destinul tău. Dacă îți dorești să începi o afacere, înseamnă că acesta este destinul tău. Dacă îți dorești să înveți să dansezi, să conduci un iaht sau să înveți limba italiană, înseamnă că acesta este destinul tău. Dacă îți dorești să devii un muzician, un om de știință, un om de afaceri, un inventator, un actor, un părinte sau orice altceva, înseamnă că *acesta este destinul tău*!

Atunci când te trezești dimineața, tu trebuie să te simți plin de entuziasm, știind că ziua îți va aduce nenumărate realizări. Este destinul tău să râzi și să fii plin de bucurie. Este destinul tău să te simți puternic și în siguranță. Este destinul tău să te simți bine în pielea ta și să știi că ființa ta este neprețuită. De bună seamă, te vei confrunta și tu cu încercări, căci rolul acestora este să te ajute să te maturizezi, dar este destinul tău să știi cum să le faci față și cum să le depășești. Este destinul tău să fii victorios! Este destinul tău să fii fericit! Este destinul tău să duci o viață *minunată*!

Tu nu te-ai născut pentru ca viața ta să fie o luptă continuă. Nu te-ai născut să duci o viață în care momentele de bucurie să fie puține și rare. Nu te-ai născut să muncești din greu cinci zile pe săptămână, pentru a te bucura de câteva momente efemere de fericire doar în weekenduri. Nu te-ai născut să trăiești cu o energie limitată, simțindu-te epuizat la sfârșitul fiecărei zile. Nu te-ai născut ca să suferi. Ce rost ar mai avea în toate aceste cazuri viața? Tu te-ai născut ca să experimentezi viața la apogeu, să ai tot ceea ce îți dorești și să te bucuri în permanență de bucurie, de sănătate, de vitalitate, de entuziasm și de iubire – pentru că asta înseamnă să duci o viață minunată!

Viața viselor tale, tot ceea ce ți-ai dori să faci, să fii sau să ai, a fost întotdeauna mai aproape de tine decât îți imaginezi, căci puterea de a realiza *orice* îți dorești se află în interiorul tău!

„Există o putere supremă și o forță absolută care penetrează și guvernează întregul Univers fără limite. Tu faci parte integrantă din această putere”.

Prentice Mulford (1834-1891)

Autor aparținând curentului Noua Gândire

În cartea de față doresc să te învăț calea care îți permite să duci o viață extraordinară. Citind-o, vei descoperi un lucru incredibil legat de ființa ta, de viața ta și de Univers. Viața este mult mai ușoară decât îți imaginezi, iar dacă vei înțelege cum funcționează ea și cât de mare este puterea dinlăuntrul tău, vei experimenta magia vieții trăite la apogeu, și astfel, viața ta va deveni uimitoare!

Iar acum, să dăm frâu liber magiei din viața ta.

CE ESTE PUTEREA

*„Nu pot spune ce este această putere;
tot ce știu este că ea există.”*

Alexander Graham Bell (1847-1922)

Inventatorul telefonului

Viața este simplă. Viața ta este alcătuită doar din două categorii de lucruri: lucruri pozitive și lucruri negative. Fiecare domeniu al vieții tale – cum ar fi starea de sănătate, banii, relațiile, munca sau fericirea – ți se pare fie pozitiv, fie negativ. De pildă, fie ai suficienți bani, fie nu ai. Fie te bucuri de sănătate, fie nu. Relațiile tale sunt fie fericite, fie dificile. Munca ta fie te umple de entuziasm, putând fi considerată un succes, fie te exasperează, putând fi considerată un eșec. Fie te simți fericit în majoritatea timpului, fie te simți nemulțumit. Fie ai parte de un an bun, fie de unul rău. Fie treci printr-o perioadă bună, fie printr-una rea. Fie ai o zi excelentă, fie dimpotrivă, una proastă.

Dacă ai mai multe gânduri negative decât pozitive, înseamnă că ceva nu este în regulă în viața ta, iar tu știi foarte bine acest lucru.

Te uiți la oamenii care sunt fericiți și împliniți, și care se bucură de tot ceea ce își doresc, și ceva îți spune că ai merita și tu o astfel de viață.

Și ai dreptate: tu *chiar* meriți o astfel de viață, în care să te bucuri de abundență și de fericire.

Marea majoritate a oamenilor care se bucură de o viață frumoasă nu realizează exact de ce se bucură de ea. Cert este că ei *fac* ceva ce ceilalți oameni nu fac: se folosesc de puterea care stă la baza tuturor lucrurilor bune din viață...

Fără nicio excepție, orice persoană care se bucură de o viață frumoasă aplică *iubirea*. Așa este: puterea care generează toate lucrurile bune din viață este puterea *iubirii*!

S-a vorbit și s-a scris mult despre iubire, încă de la începuturile istoriei umanității. Nu există religie, filozof, gânditor, profet sau lider

care să nu vorbească despre iubire. Nu toată lumea înțelege însă cuvintele lor pline de înțelepciune. Deși învățăturile lor s-au adresat în principal oamenilor din epoca lor, mesajul pe care l-au adresat lumii a rămas la fel de valabil și astăzi; *iubirea* reprezintă puterea cea mai mare din Univers.

Forța iubirii

„Iubirea este un element la fel de real ca și aerul sau apa, chiar dacă este invizibilă pentru ochii fizici.

Ea reprezintă o forță activă, vie și aflată veșnic în mișcare... Se deplasează în valuri și sub formă de curenți, la fel ca cei ai oceanului.”

Prentice Mulford (1834-1891)

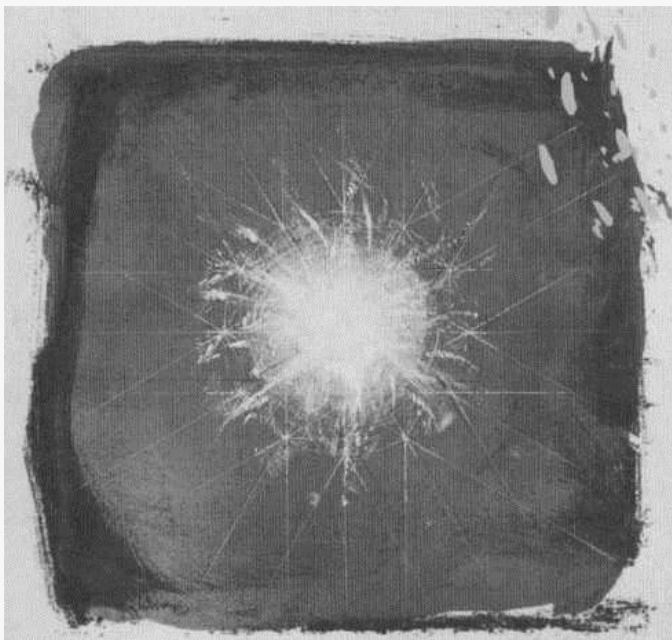
Autor aparținând curentului Noua Gândire

Tipul de iubire de care au vorbit marii gânditori și lideri religioși ai lumii diferă în bună măsură de ceea ce înțeleg oamenii prin acest concept. Această iubire nu se referă doar la iubirea membrilor de familie, a prietenilor și a lucrurilor preferate. Iubirea nu este un simplu sentiment, la fel ca atâtea altele. Ea reprezintă o forță pozitivă.

Iubirea nu poate fi niciodată slabă, delicată sau gingașă. Ea este *însăși* forța pozitivă a vieții! Iubirea este cauza *tuturor* lucrurilor bune sau pozitive din lume. Nu există o sută de forțe pozitive în viață; există una singură.

Marile forțe ale naturii, precum gravitația sau electromagnetismul, sunt forțe invizibile pentru ochiul liber, dar nimeni nu le poate contesta puterea. În mod similar, puterea iubirii este invizibilă pentru noi, dar puterea ei este cu mult mai mare decât orice forță a naturii. Dovada acestei puteri poate fi văzută pretutindeni în lume: fără iubire nu ar exista viață.

Gândește-te puțin: ce ar fi această lume fără iubire? Mai întâi de toate, tu nu ai exista, căci fără iubire nu ai fi putut fi conceput. Nimeni din familia ta și niciun prieten de-al tău nu s-ar fi născut. De fapt, pe planetă nu ar exista nici măcar un singur om. Dacă forța iubirii ar înceta în această clipă, rasa umană ar descrește rapid, iar în scurt timp ar dispărea.



Orice invenție, orice descoperire și orice creație umană s-a născut din iubirea unei inimi. Dacă nu ar fi existat pasiunea fraților Wright (similară cu iubirea pentru ceea ce făceau), nu am putea zbura astăzi în avioane. Dacă nu ar fi existat pasiunea plină de iubire oamenilor de știință, a inventatorilor și a descoperitorilor, nu am beneficia astăzi de electricitate, sisteme de încălzire sau de iluminat; nu am putea conduce mașini, nu ne-am putea folosi de telefoane și de celelalte aparate sau produse tehnologice care fac ca viața noastră să fie mai ușoară și mai confortabilă. Fără pasiunea plină de iubire a arhitecților și constructorilor nu ar exista case, clădiri sau orașe. Fără pasiunea plină de iubire pentru meseria lor nu ar exista medici, medicamente și spitale, profesori, școli sau educație, cărți, picturi, muzică etc. Toate aceste lucruri sunt create prin forța pozitivă a iubirii. Privește puțin în jurul tău: fără puterea iubirii, nimic din ceea ce vezi nu ar exista.

*„Dacă îndepărtezi iubirea, ceea ce rămâne
din această planetă este un mormânt.”*

Robert Browning (1812-1889)

Poet

Iubirea este forța care te pune în mișcare

Tot ceea ce îți dorești să devii, să faci sau să ai, își are originea în iubire. Fără iubire nu te-ai putea mișca, căci nu ar mai exista nicio forță pozitivă care să te mâne să te dai jos din pat dimineața, să te duci la lucru, să te distrezi, să dansezi, să vorbești, să înveți, să asculți muzică sau să faci orice altceva. Fără iubire, tu nu ai fi altceva decât o statuie din piatră. Forța care te inspiră să te pui în mișcare și să îți dorești să devii, să faci sau să ai ceva este puterea iubirii. Forța pozitivă a iubirii poate crea orice lucru bun, poate amplifica binele și poate transforma aspectele negative ale vieții tale. Tu ai puterea de a-ți transforma starea de sănătate, nivelul financiar, cariera, relațiile și celelalte domenii ale vieții tale. Această putere este iubirea și ea există în interiorul tău.

De ce nu este viața ta extraordinară în acest caz, de vreme ce puterea de a-ți împlini toate dorințele se află înlăuntrul tău? De ce nu te bucuri la maxim în toate domeniile vieții tale? De ce nu poți avea tot ceea ce îți dorești? De ce nu poți face tot ceea ce îți propui să faci? De ce nu savurezi fiecare zi în parte?

Răspunsul este simplu: pentru că ai de ales. Tu ai opțiunea de a iubi și de a struni această forță pozitivă a iubirii, orientând-o în direcțiile dorite de tine, dar și de a nu o face. Și indiferent dacă realizezi acest lucru sau nu, în fiecare zi din viața ta – în fiecare *clipă* din viața ta – tu te-ai folosit de această opțiune. Fără nicio excepție, ori de câte ori ai avut parte de o experiență pozitivă, tu ai dat dovadă de iubire și te-ai folosit de puterea ei pozitivă. La fel, ori de câte ori ai avut parte de o experiență negativă, tu ai refuzat să iubești, iar rezultatul a fost unul negativ. Iubirea este cauza tuturor lucrurilor bune din viața ta, iar lipsa iubirii este cauza tuturor durerilor și suferințelor tale. Din păcate, viața oamenilor moderni, dar și a celor din alte timpuri, ilustrează limpede că ei nu înțeleg (sau nu au înțeles) cu claritate în ce constă puterea iubirii.

*„Iubirea este cea mai puternică energie din această lume,
dar și cea mai puțin cunoscută.”*

Pierre Teilhard de Chardin (1881-1955)

Preot și filozof

Cartea de față își propune să îți ofere cunoașterea corectă a unicei forțe pozitive din viață, care te poate ajuta să te bucuri de tot ceea ce îți dorești, inclusiv a manierei în care trebuie folosită ea în acest scop. Mai întâi de toate, trebuie să înțelegi însă exact cum funcționează iubirea.

Legea iubirii

Universul este guvernat de legile naturii. Dacă putem zbura astăzi în avioane, acest lucru este posibil numai pentru că avioanele pe care le-am construit funcționează în armonie cu legile naturii.

Nu legile fizicii s-au schimbat pentru ca noi să putem zbura, ci doar cunoașterea noastră. Noi am descoperit o modalitate de a opera un aparat la unison cu legile aerodinamicii, iar acest lucru ne-a permis să ne ridicăm de la sol. Așa cum legile fizicii guvernează aviația, electricitatea și gravitația, există o lege care guvernează forța iubirii. Pentru a struni puterea pozitivă a iubirii și pentru a-ți schimba viața cu ajutorul ei, tu trebuie să înțelegi această lege. Ea este cea mai puternică lege din Univers și se numește: legea atracției.

Legea atracției este forța care susține întregul Univers, de la cel macrocosmic al stelelor la cel microcosmic al lumii atomului. Forța de atracție a soarelui menține planetele pe orbitele lor, împiedicându-le să hoinărească libere prin spațiu. Forța de atracție a gravitației ne menține pe toți pe pământ, lucru valabil deopotrivă pentru oameni, animale, plante și minerale. Forța de atracție poate fi regăsită în întreaga natură, de la florile care atrag insectele pentru a fi polenizate până la semințele care atrag din sol substanțele nutritive de care au nevoie pentru a încolți. În mod similar, toate creaturile vii sunt atrase de ființele din propria lor specie. Forța de atracție operează prin toate animalele de pe pământ, prin toți peștii din oceane și prin toate păsările de pe cer, făcându-le să se adune în turme, cirezi, haite și cârduri, să se cultive reciproc și să se înmulțească. Aceeași forță de atracție menține laolaltă celulele corpului tău, materialele din care este construită casa ta, mobilierul pe care stai așezat, mașina pe care o conduci și apa din paharul tău. Orice obiect de care te folosești este susținut de forța de atracție.

Atracția este forța care îi atrage pe oameni față de alți oameni. Așa au apărut pe pământ orașele, națiunile, grupurile, cluburile și

societățile care împărtășesc interese comune. Ea reprezintă forța care îi atrage pe unii oameni către știință și pe alții care arta culinară, către sport sau către muzică (către un stil muzical sau altul), către anumite animale de casă, către lucrurile și locurile pe care le preferă, către prieteni și către oamenii pe care îi iubesc.

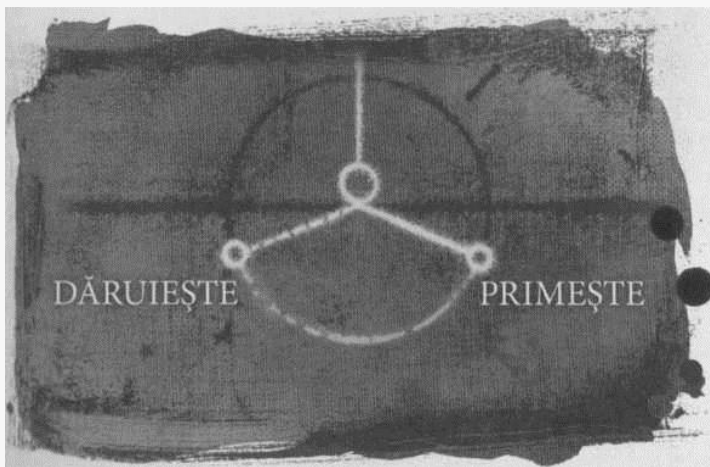
Forța de atracție a iubirii

Ce este așadar această forță de atracție? Ea este forța iubirii! Atracția este iubire. Atunci când te simți atras de mâncarea ta favorită, tu iubești această mâncare. Dacă nu ar exista forța de atracție, tu nu ai putea simți nimic. Toate alimentele ți s-ar părea la fel. Nu ai ști care mâncăruri îți plac și care nu, pentru că niciuna nu te-ar atrage. Nu te-ai simți atras de alte persoane, de anumite locuri, de casa în care locuiești, de mașina pe care ți-ai cumpărat-o, de sport, de slujba pe care ți-ai luat-o, de muzică, de haine sau de orice altceva. Atracția nu ar putea exista în absența iubirii!

„Legea atracției este una și aceeași cu... legea iubirii”

Charles Haanel (1866-1949)

Autor aparținând curentului Noua Gândire



Legea atracției este legea iubirii și reprezintă legea atotputernică ce menține totul în armonie, de la marile galaxii cosmice la atomii infinitezimali. Ea operează pretutindeni și prin tot ceea ce există în Univers. Aceasta este legea care îți guvernează viața.

La modul cel mai general, legea atracției afirmă că principiile similare se atrag. În traducere liberă, putem spune că tu *primești* ceea ce *oferi*. Tu nu poți primi altceva decât ceea ce dăruiești. Legea atracției face ca tu să atragi în viața ta exact ceea ce oferi.

„Pentru orice acțiune există o reacție egală și opusă”.

Isaac Newton (1643-1727)

Matematician și fizician

Orice acțiune de *dăruire* dă naștere unei acțiuni opuse de *primire*, iar ceea ce primești este întotdeauna egal cu ceea ce ai dăruit. Altfel spus, tot ceea ce dăruiești în viață se întoarce la tine. Aceasta este fizica și matematica Universului.

Dacă *dăruiești* pozitivitate, vei *primi* pozitivitate. La fel, dacă dăruiești negativitate, vei *primi* negativitate. În traducere, dacă vei cultiva o atitudine pozitivă, vei avea parte de o viață plină de lucruri pozitive; dacă vei cultiva o atitudine negativă, vei avea parte de o viață plină de lucruri negative. Cum putem oferi noi pozitivitatea sau negativitatea? Prin gândurile și prin sentimentele noastre.

În orice moment, tu emiți gânduri pozitive sau negative. În mod similar, tu emani sentimente pozitive sau negative. Aceste gânduri și aceste sentimente vor determina lucrurile de care vei avea parte în viață. Toate persoanele, circumstanțele și evenimentele din fiecare moment al vieții tale sunt atrase de gândurile și de sentimentele tale. Viața ta nu reprezintă o întâmplare. Tu nu primești decât ceea ce ai dăruit deja.

„Dați și vi se va da...”

Căci totul vi se măsoară cu măsura cu care ați măsurat voi înșivă.”

Iisus (aproximativ 5 I. Ch. – 30 D. Ch.)

Fondatorul creștinismului, Evanghelia după Luca 6:38

Atunci când dăruiești, primești. Dacă îți oferi ajutorul și sprijinul unui prieten care se mută cu casa, cu siguranță acest ajutor și acest sprijin se va întoarce la tine cu viteza luminii. La fel, dacă te înfurii pe un membru de familie care te-a abandonat la greu, această mânie se va întoarce asupra ta într-o situație sau alta.

Tu ești cel care își creează propria viață prin gândurile și sentimentele tale. Ceea ce gândești și ceea ce simți creează ceea ce ți se întâmplă și ceea ce experimentezi în viața ta. De pildă, dacă gândești: „Astăzi am o zi proastă”, vei atrage în mod sigur oameni, circumstanțe și evenimente care îți vor confirma pe deplin gândul.

Pe de altă parte, dacă gândești: „Viața mi se pare minunată”, vei atrage cu siguranță oameni, circumstanțe și evenimente care te vor face să te bucuri cu adevărat de viață.

Tu ești un magnet

Legea atracției nu dă greș niciodată. Ea îți oferă toate lucrurile pe care le-ai dăruit Universului. La fel ca un magnet, tu atragi singur toate circumstanțele asociate cu bogăția, sănătatea, relațiile, slujba și toate celelalte experiențe din viața ta, prin gândurile și sentimentele pe care le emiți. Spre exemplu, dacă vei emite gânduri și sentimente pozitive asociate cu banii, vei atrage cu siguranță persoane, circumstanțe și evenimente care te vor ajuta să obții mai mulți bani. Invers, dacă vei emite gânduri și sentimente negative asociate cu banii, vei atrage cu siguranță persoane, circumstanțe și evenimente care te vor face să pierzi bani și să rămâi fără ei.

*„Nu știu dacă umanitatea urmează sau nu în mod
conștient legea iubirii, dar acest lucru nu mă preocupă.
Ceea ce știu este că această lege funcționează la fel
de implacabil ca și legea gravitației,
indiferent dacă noi o acceptăm sau nu.”*

Mahatma Gandhi (1869 – 1948)

Lider politic indian

Legea atracției îți răspunde fără greș la toate gândurile și sentimentele tale. Nu contează dacă acestea sunt pozitive sau negative. Odată emise, ele se vor întoarce automat la tine sub forma circumstanțelor exterioare, la fel cum ecoul îți repetă exact cuvintele pe care le-ai rostit. De bună seamă, asta înseamnă că îți poți schimba cu ușurință viața prin schimbarea gândurilor și sentimentelor tale. Dăruiește lumii gânduri și sentimente pozitive și îți vei schimba astfel întreaga viață!

Gândurile pozitive și cele negative

Gândurile tale exprimă cuvintele pe care le rostești, dar și pe cele pe care le auzi doar tu în mintea ta. Dacă îi spui cuiva: „Ce zi minunată”, în mod evident ai început prin a gândi aceste cuvinte, și abia apoi le-ai rostit. Gândurile tale stau la baza tuturor acțiunilor tale. Atunci când te dai jos din pat dimineța, forța motrice care stă la baza acțiunii tale este un prim gând. Nimeni nu poate acționa dacă nu se gândește mai întâi la acțiunea respectivă.

Așadar, cuvintele și acțiunile pozitive sau negative depind de gândurile pozitive sau negative. Cum poți ști dacă un gând este pozitiv sau negativ? Simplu: ori de câte ori îți dorești ceva sau îți exprimi simpatia față de ceva, ai de-a face cu un gând pozitiv. Atunci când exprimi ceva ce nu-ți place sau nu-ți dorești, nu avem de-a face cu un gând de iubire, deci acesta va fi automat ungând negativ. După cum vezi, este foarte ușor să-ți dai seama care gânduri sunt pozitive și care sunt negative.

Toate dorințele tale au la bază sentimentul iubirii. Gândește-te puțin: tu nu-ți poți dori ceva ce nu iubești, nu-i așa? Toți oamenii își doresc numai ceea ce iubesc. De aceea, ori de câte ori te gândești sau vorbești despre ceva ce îți dorești, cum ar fi: „Îmi plac pantofii aceia; mi se par minunați”, gândurile tale sunt pozitive. De aceea, ele vor atrage în viața ta exact lucrurile care îți plac (în cazul de față pantofii). Atunci când te gândești sau vorbești despre lucrurile care nu îți plac, cum ar fi: „O, ce preț au acești pantofi! Este jaf curat!”, gândurile tale sunt negative și vor atrage în viața ta realitatea pe care nu ți-o dorești (în cazul de față, imposibilitatea de a-ți cumpăra lucrurile dorite, întrucât nu ai bani).

Marea majoritate a oamenilor vorbesc *mai mult* despre lucrurile care nu le plac (și se gândesc la ele) decât despre cele care le plac. De, aceea, ei emană mai multă negativitate decât pozitivitate (iubire), privându-se astfel de foarte multe lucruri bune.

Este imposibil să te bucuri de o viață minunată dacă nu iubești. Oamenii care se bucură de vieți minunate vorbesc *mai mult* despre lucrurile care le plac (și se gândesc la ele) decât despre cele care nu le plac! Invers, cei care se luptă cu dificultățile vieții vorbesc *mai mult* despre lucrurile care nu le plac (și se gândesc la ele) decât despre cele care le plac!

*„Există un singur cuvânt care ne poate elibera
de toată povara și de toată durerea vieții.*

Acest cuvânt este iubirea.”

Sofocle (496-406 Î. Ch.)

Dramaturg grec

Vorbește despre lucrurile care îți plac

Atunci când vorbești despre dificultățile cu care te confrunți, indiferent dacă este vorba de bani, de o relație, de o boală sau de scăderea profitului afacerii tale, tu nu vorbești despre ceva plăcut. Atunci când comentezi un eveniment negativ despre care ai auzit la știri sau vorbești despre o persoană al cărei comportament te-a iritat, tu nu vorbești despre ceva plăcut.



Atunci când descrii ce zi proastă ai avut, cum ai întârziat la întâlnire, cum ai fost blocat în trafic sau cum ai ratat la mustață autobuzul, tu nu vorbești despre ceva plăcut. Există multe lucruri minore care se întâmplă în fiecare zi. În cazul în care cazi în capcana descrierii și comentării tuturor lucrurilor neplăcute din viața ta, oricât de minore ar fi, acestea vor atrage în scurt timp noi conflicte și

noi dificultăți cu care te vei confrunta.

De aceea, focalizează-te întotdeauna asupra micilor întâmplări fericite ale zilei. Vorbește despre întâlnirea care a decurs bine, despre faptul că îți place să ajungi la timp atunci când ai promis, despre cât de bine este să fii sănătos, despre profitul pe care ți-ar plăcea să îl obții. Descrie situațiile și interacțiunile din timpul zilei care au decurs minunat.

Vorbește întotdeauna despre ceea ce îți place și despre ceea ce iubești, astfel încât cuvintele tale să atragă în viața ta și mai multă iubire. Dacă nu te gândești decât la lucrurile negative din viața ta și dacă vorbești la infinit despre ele, la fel ca un papagal, tu îți crezi singur o închisoare în jurul tău, ca un fel de colivie. Ori de câte ori vorbești despre ceea ce nu îți place, tu adaugi o nouă bară la această colivie și te separi singur de lucrurile bune pe care ți le-ar putea oferi viața.

Oamenii care trăiesc vieți minunate vorbesc mai mult despre lucrurile care le plac (pe care le iubesc). În acest fel, toate ușile li se deschid și ei capătă un acces nelimitat la tot ce are viața bun de oferit. De aceea, se simt liberi ca păsările pe cer. Așadar, dacă dorești să te bucuri de o viață minunată, distruge barele coliviei pe care ți-ai creat-o singur. Oferă iubire, vorbește numai despre ceea ce îți place, iar iubirea te va elibera!

*„Atunci veți cunoaște adevărul
și adevărul vă va elibera.”*

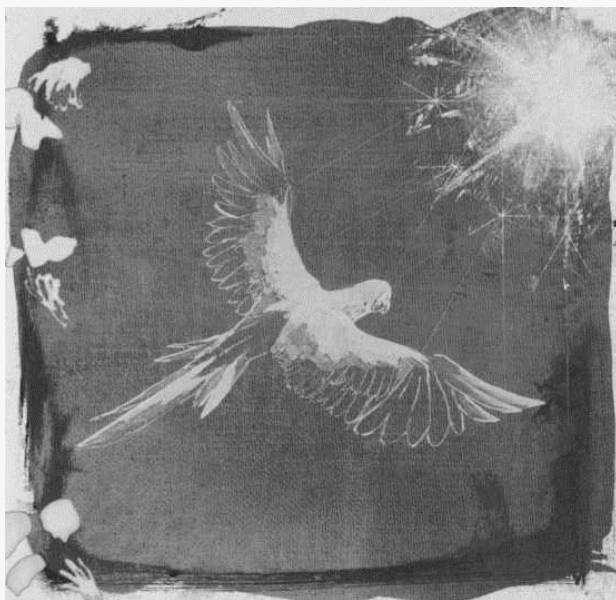
Îisus (aproximativ 5 Î. Ch., 30 D. Ch.)

Fondatorul Creștinismului, în Evanghelia după Ioan 8:32

Nimic nu este imposibil pentru forța iubirii. Indiferent cine ești și cu ce situație te confrunți, forța iubirii te poate elibera.

Cunosc o femeie care a reușit să își distrugă barele coliviei și să se elibereze exclusiv prin puterea iubirii. După 20 de ani de căsnicie abuzivă, soțul ei a părăsit-o și a lăsat-o să își crească singură copiii. În pofida greutăților incredibile cu care s-a confruntat, femeia nu a cultivat niciun resentiment și niciun gând negativ față de fostul ei soț. Nu l-a vorbit niciodată de rău și nu a emis decât gânduri pozitive referitoare la noul soț, perfect și minunat, pe care și-l dorea, și la visul ei de a călători în Europa. Deși nu avea bani pentru o astfel de excursie, femeia s-a înscris la una și și-a făcut un pașaport. Mai

mult, și-a cumpărat diferite articole de care ar fi avut nevoie în timpul călătoriei.



Ei bine, ea l-a cunoscut pe noul ei soț, iar acesta s-a dovedit a fi într-adevăr perfect și minunat. După ce s-a măritat cu el, s-a mutat în casa lui din Spania, unde duce și astăzi o viață fericită.

Această femeie a refuzat să vorbească vreodată despre lucrurile nefericite din viața ei, preferând să se gândească numai la ceea ce își dorea. Procedând astfel, ea s-a eliberat de povară și de suferință, ajungând să se bucure de o viață minunată.

Și tu îți poți schimba viața, întrucât dispui de capacitatea infinită de a vorbi numai despre lucrurile care îți plac (și de a te gândi la ele), atrăgându-le astfel în viața ta! De fapt, puterea de care dispui este chiar mult mai mare decât această capacitate, întrucât legea atracției răspunde nu doar la gândurile pline de iubire, ci și la sentimentele de acest fel. Așadar, trebuie să simți iubirea dacă dorești să îi strunești puterea!

„Iubirea este împlinirea legii.”

Sfântul Pavel (aproximativ 5-67)

Apostol Creștin, în Scrisoarea către Romani 13:10

AFIRMAȚII CARE EMANĂ PUTERE

- *Iubirea nu este niciodată slabă, gingașă sau delicată. Ea este forța pozitivă a vieții! Iubirea este cauza oricărei realități pozitive sau bune.*
- *Tot ce îți dorești să devii, să faci sau să ai derivă din iubire.*
- *Forța pozitivă a iubirii poate crea orice realitate benefică, poate spori lucrurile bune din viață și poate schimba orice situație negativă.*
- *În fiecare zi și în fiecare clipă tu faci o alegere și te decizi dacă dorești sau nu să iubești și să strunești puterea pozitivă a iubirii.*
- *Legea atracției este legea iubirii. Aceasta este legea care îți guvernează viața.*
- *Tu nu poți primi decât ceea ce dăruiești. Dacă dăruiești pozitivitate, primești automat pozitivitate. Dacă dăruiești negativitate, primești automat negativitate.*
- *Viața nu se petrece pur și simplu. Tot ceea ce îți oferă ea este ceea ce ai dăruit tu cândva.*
- *Indiferent dacă gândurile și sentimentele tale sunt pozitive sau negative, ele se întorc la tine cu precizia unui ecou.*
- *Oamenii care trăiesc vieți minunate vorbesc mai mult despre lucrurile care le plac (și se gândesc la ele) decât despre cele care nu le plac.*
- *Describe și comentează numai lucrurile bune care ți s-au întâmplat de-a lungul zilei. Vorbește numai despre ceea ce îți place.*
În acest fel, le vei atrage în viața ta.
- *Tu ai capacitatea infinită de a vorbi numai despre lucrurile care îți plac (și de a te gândi la ele). De aceea, tu ai capacitatea infinită de a atrage în viața ta tot ceea ce îți dorești!*
- *Iubește. Atunci când iubești, tu te folosești de puterea primordială a Universului.*

PUTEREA SENTIMENTELOR

„Secretul stă în sentimente.”

Neville Goddard (1905-1972)

Autor aparținând curentului Noua Gândire

Tu ești o ființă care simte

Încă din primul moment al nașterii tale, tu ai simțit întotdeauna ceva, la fel ca orice alt om. Chiar dacă procesul gândurilor conștiente încetează în timpul somnului, tu nu te poți opri vreodată din simțit, căci a fi în viață înseamnă a simți. În esență, tu ești o ființă care simte. De aceea, nu este deloc întâmplător faptul că fiecare parte a corpului uman a fost special creată ca să poată simți!

Printre aceste simțuri se numără văzul, auzul, gustul, mirosul și atingerea. Ele te ajută să simți tot ce are de oferit viața. Aceste instrumente nu sunt mecanice, ci „simțitoare”, întrucât îți permit să simți tot ceea ce vezi, ce auzi, ce guști, ce miroși și ce atingi. De pildă, corpul tău este învelit în totalitate în piele, care este un organ simțitor, special pentru ca tu să poți *simți* tot ce te înconjoară.

Felul în care te simți în fiecare moment al zilei este mai important decât orice altceva, întrucât el este cel care îți creează viața viitoare.

Sentimentele tale sunt combustibilul

Gândurile și cuvintele tale nu ar avea nicio putere asupra vieții tale dacă nu ar fi dublate de sentimente și de senzații. Majoritatea gândurilor tale nu se materializează, pentru simplul motiv că ele sunt prea efemere și nu îți trezesc sentimente puternice. De fapt, singurul lucru care contează este ceea ce *simți*!

Metaforic vorbind, am putea spune că gândurile și cuvintele tale sunt precum o rachetă, în timp ce sentimentele și senzațiile tale sunt combustibilul care o alimentează pe aceasta. Fără combustibil,

racheta rămâne un vehicul staționar, căci singura putere care o poate ridica este combustibilul ei. La fel se petrec lucrurile și cu gândurile și cuvintele tale. Ele rămân niște vehicule staționare atât timp cât nu sunt alimentate de combustibilul sentimentelor și senzațiilor tale. Acestea din urmă sunt singurele care le pot dinamiza, dându-le viață!

Spre exemplu, dacă gândești: „Nu-l pot suferi pe șeful meu”, acest gând exprimă un *sentiment* negativ puternic pe care îl ai în legătură cu șeful tău. Altfel spus, el exprimă faptul că tu emiți un *sentiment* negativ, care se opune iubirii. În consecință, relația cu șeful tău nu se va îmbunătăți, ci dimpotrivă, se va deteriora și mai mult.

Invers, dacă gândești: „Colegii cu care lucrez sunt niște oameni minunați”, aceste cuvinte exprimă *sentimentul* pozitiv pe care îl ai față de colegii tăi de muncă. Datorită faptului că emani un astfel de sentiment, relația ta cu ei va continua să devină din ce în ce mai bună.

*„Dacă dorești ca gândurile tale să prindă viață,
dublează-le cu emoții.”*

Charles Haanel (1866-1949)

Autor aparținând curentului Noua Gândire

Sentimentele pozitive și cele negative

La fel ca orice alt lucru din viață, sentimentele pot fi pozitive sau negative. Toate sentimentele pozitive se nasc din iubire! La fel, toate sentimentele negative se nasc din absența iubirii. Cu cât te simți mai bine (de pildă, atunci când ești fericit sau bucuros de ceva), cu atât mai multă iubire emani, iar cu cât *emani* mai multă iubire, cu atât mai multă iubire vei *primi*.

Invers, cu cât te simți mai rău (de pildă, atunci când ești disperat), cu atât mai multă negativitate emani, și implicit cu atât mai multă negativitate vei primi. Motivul pentru care te simți atât de rău atunci când ai sentimente negative este evident: *iubirea* este forța pozitivă a vieții, iar sentimentele negative nu conțin niciun pic de iubire.

Pe scurt, cu cât te vei simți mai bine, cu atât mai bună va deveni viața ta. Invers, cu cât te vei simți mai rău, cu atât mai neplăcută va deveni viața ta – până când îți vei schimba sentimentele.

Atunci când te simți bine, gândurile tale sunt automat pozitive. Este imposibil să te simți bine și să ai gânduri negative în același timp! În mod similar, este imposibil să te simți rău și să ai gânduri pozitive în același timp.

Felul în care te simți reflectă perfect, până la ultimul detaliu, gândurile și sentimentele pe care le emiți. Dacă te simți bine, nu trebuie să fii preocupat de nimic, întrucât gândurile, cuvintele și acțiunile tale vor fi automat pozitive. Simplul fapt că te simți bine îți garantează faptul că emani iubire, și implicit că această iubire se va întoarce la tine!

Bine înseamnă bine

Cei mai mulți dintre oameni înțeleg perfect ce înseamnă să te simți bine sau rău, dar nu realizează că emană sentimente negative în cea mai mare parte a timpului. Ei cred că a te simți rău înseamnă să simți o negativitate extremă, cum ar fi o stare de tristețe, de mânie, de durere sau de teamă. Deși aceste stări corespund într-adevăr expresiei „a te simți rău”, există și alte stări mai puțin evidente care sunt la fel de negative.

De pildă, dacă te simți „în regulă” în marea majoritate a timpului, poți crede că a te simți „în regulă” reprezintă un sentiment pozitiv, întrucât nu te simți foarte rău. Dacă înainte te-ai simțit cu adevărat rău, iar acum te simți în regulă, cu siguranță „în regulă” ți se pare mult mai bine decât ceea ce ai simțit înainte. Cu toate acestea, „în regulă” este de cele mai multe ori un sentiment negativ, nu pozitiv. Atunci când te simți bine, te simți bine, nu în regulă! Te simți fericit, bucuros, plin de pasiune și de entuziasm. Atunci când te simți în regulă, nu prea simți de fapt mare lucru. De aceea, și viața ta va fi călduță: nu vei avea cine știe ce motive de bucurie, dar cel puțin nu ți se va întâmpla nimic cu adevărat rău. Aceasta nu este însă o viață minunată! Sentimentele pozitive înseamnă să te simți cu adevărat bine. Doar aceste trăiri pot atrage o viață cu adevărat minunată!

„Măsura iubirii este iubirea fără măsură.”

Sfântul Bernard de Clairvaux (1090 – 1153)

Călugăr și mistic creștin

Atunci când te simți plin de bucurie, tu emani această stare, așa că vei avea parte numai de experiențe, situații și persoane care ți-o vor amplifica, oriunde te-ai duce.

De la experiențele minore, cum ar fi ascultarea la radio a cântecului tău favorit, și până la cele majore, cum ar fi primirea unei măritii de salariu – toate circumstanțele pe care le vei experimenta vor reflecta starea de bucurie pe care o simți, fiind atrase în viața ta de legea iubirii. Invers, atunci când simți o stare de iritare, tu emani această stare, așa că ai parte numai de experiențe, situații și persoane care te enervează, oriunde te-ai duce.

De la motivele minore de enervare, cum ar fi un țăntar care te deranjează, și până la cele majore, cum ar fi stricarea mașinii – toate circumstanțele pe care le vei experimenta vor reflecta starea de iritare pe care o simți, fiind atrase în viața ta de aceeași lege a iubirii, mai precis de lipsa acesteia.

Orice sentiment pozitiv pe care îl trăiești te conectează cu forța iubirii, căci iubirea este sursa tuturor sentimentelor pozitive. Sentimentele de entuziasm, de pasiune și de bucurie intensă derivă din iubire, iar atunci când le cultivi cu perseverență, ele atrag în viața ta numai situații, circumstanțe și persoane care te umplu de entuziasm și de pasiune.

Puterea unui sentiment pozitiv poate fi amplificată la maxim prin mărirea volumului său. Dacă dorești să mărești volumul unui sentiment pozitiv, asumă-ți-l în mod conștient și intensifică-l în mod deliberat. Spre exemplu, dacă dorești să îți amplifici o stare de entuziasm, cultiv-o și încearcă să o trăiești cât mai intens cu putință! Dacă simți o stare de pasiune, amplific-o în mod deliberat. Cu cât îți vei amplifica mai puternic sentimentele pozitive, cu atât mai mare va fi iubirea pe care o vei emana, iar rezultatele pe care le vei obține în continuare vor fi de-a dreptul spectaculoase.

Dacă simți o emoție pozitivă, o poți amplifica focalizându-te în mod special asupra lucrurilor care îți plac sau pe care le iubești.

Înainte de a mă apuca să scriu această carte, petreceam în fiecare zi minute bune amplificându-mi sentimentele pozitive. În acest scop,

mă gândeam la toate lucrurile pe care le iubesc: la familia mea, la prieteni, la casă, la florile din grădina mea, la vremea frumoasă de afară, la culori, la diferite situații, evenimente și lucruri care mi se întâmplaseră în săptămâna, luna sau anul care se scursese.

Continuam să enumăr astfel toate lucrurile pe care le iubeam până când ajungeam să mă simt într-o stare de veritabilă exaltare. Abia apoi mă așezam la masă și începeam să scriu. Amplificarea sentimentelor pozitive nu este deloc dificilă și poate fi făcută oriunde și oricând.

Sentimentele tale reflectă ceea ce oferi

Dacă vei reflecta asupra principalelor domenii din viața ta, îți vei putea da seama cu ușurință în ce măsură gândurile și sentimentele tale legate de domeniul respectiv au fost preponderent pozitive sau preponderent negative. Ceea ce *simți* în legătură cu un domeniu sau altul de viață reflectă cu precizie gândurile și sentimentele pe care le-ai emanat (oferit, dăruit) în domeniul respectiv de viață, indiferent dacă este vorba de bani, de slujbă, de relații sau de altceva.

Spre exemplu, dacă te gândești la bani, sentimentele tale reflectă exact ceea ce emani în legătură cu acest subiect. Dacă gândul la bani nu te face să te simți bine, pentru simplul motiv că aceștia îți lipsesc, cu siguranță vei continua să ai parte de experiențe și de circumstanțe asociate cu lipsa de bani, pentru că asta simți în această privință.

La fel, dacă te gândești la slujba ta, sentimentele tale reflectă exact ceea ce emani în legătură cu acest subiect. Același lucru este valabil și în ceea ce privește familia, starea de sănătate sau orice alt subiect care ți se pare important.

*„Fii atent la stările și la sentimentele tale,
căci există o conexiune de nezdruccinat
între acestea și lumea vizibilă în care trăiești.”*

Neville Goddard (1905-1972)

Autor aparținând curentului Noua Gândire

Viața nu ți se întâmplă pur și simplu; ea *îți răspunde*. Viața pe care o trăiești depinde numai de tine! Această afirmație este adevărată inclusiv pentru fiecare domeniu al vieții. Tu ești scenaristul

propriei tale vieți, regizorul filmului vieții tale. Tu decizi cum va fi viața ta, prin gândurile și sentimentele pe care le emani.

Există o ierarhie infinită a sentimentelor pozitive pe care le poți simți, ceea ce înseamnă că nu există nicio limită a fericirii și bucuriei pe care le poți trăi în viață. Există și un revers: putem vorbi de o întreagă ierarhie a sentimentelor negative pe care le poți simți, dar aceasta nu este infinită, căci dincolo de o anumită limită ele nu mai pot fi suportate, așa că vrei nu vrei, ești nevoit să revii la sentimente mai bune.

Nu este deloc întâmplător faptul că sentimentele pozitive ne transmit o stare atât de bună, iar cele negative ne transmit o stare atât de proastă. Iubirea este puterea supremă care ne guvernează tuturor viața, atrăgând către noi toate lucrurile minunate pe care ni le dorim. Chiar și sentimentele negative au rostul lor, căci ele ne atrag atenția asupra faptului că ne-am deconectat de la puterea iubirii, respectiv a forței pozitive a vieții!

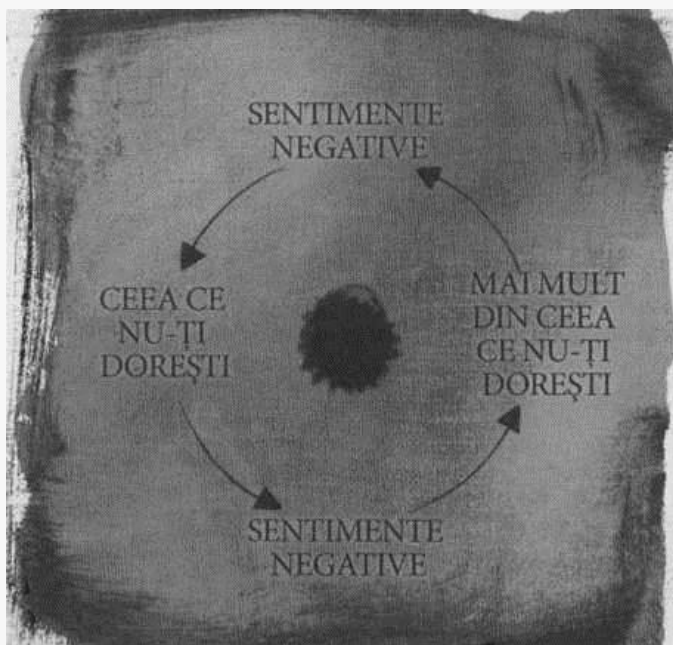
Totul depinde de ceea ce simți

Întreaga ta viață depinde de ceea ce simți. Toate deciziile tale depind de sentimentele pe care le nutrești. Singura putere care îți motivează întreaga viață este cea a sentimentelor tale!

Dacă îți dorești ceva, îți dorești pentru că iubești lucrul respectiv și pentru că te face să te *simți* bine. Atunci când nu-ți dorești ceva, nu-ți dorești pentru că lucrul respectiv te face să te *simți* rău.

De pildă, îți dorești să fii sănătos pentru că atunci când ești sănătos te simți bine, în timp ce atunci când ești bolnav te simți rău. Îți dorești bani pentru că atunci când cumperi sau când faci lucrurile care îți plac te simți bine; atunci când nu ai banii necesari pentru a le cumpăra sau pentru a le face, te simți tău.

Îți dorești o relație fericită deoarece aceasta te face să te simți bine, în timp ce o relație nefericită te face să te simți rău. Îți dorești să te bucuri pentru că starea de bucurie te face să te simți bine, în timp ce starea de tristețe te face să te simți rău.



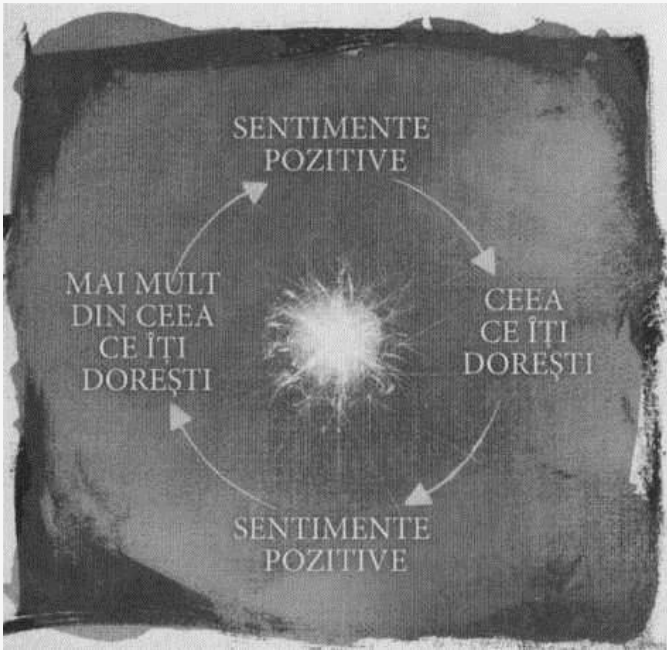
Toate lucrurile pe care ți le dorești sunt motivate de sentimentele pozitive pe care ți le trezesc! Cum te poți bucura în acest caz de ele? Simplu: simțindu-te bine, sau cultivându-ți sentimentele pozitive. Banii de-abia așteaptă să vină la tine. La fel și fericirea sau sănătatea. Toate lucrurile pe care le dorești te doresc la rândul lor! Ele de-abia așteaptă să vină la tine, dar nu pot face acest lucru decât dacă le atragi prin sentimentele tale pozitive.

Nimeni nu te obligă să te zbați și să te lupți pentru a obține lucrurile pe care ți le dorești de la viață. Tot ce trebuie să faci este să îți schimbi starea de spirit, iar acestea vor apărea de la sine!

Sentimentele tale pozitive declanșează forța iubirii – puterea de a atrage tot ce este bun în viață. Ele îți transmit prin ele însele faptul că reprezintă singura cale de a obține ceea ce îți dorești, întrucât atunci când te simți bine, viața ți se pare frumoasă. Nu te poți bucura însă de această viață decât dacă începi prin a-ți cultiva aceste sentimente pozitive!

Dacă până acum ți-ai trăit viața spunându-ți: „Voi fi fericit atunci când voi avea o casă mai mare, atunci când voi obține slujba sau promovarea dorită, atunci când copiii mei vor intra la facultate, atunci când voi avea mai mulți bani, atunci când voi putea călători

sau atunci când afacerea mea va avea succes”, este evident de ce nu ai parte de aceste lucruri: pentru că gândurile tale se opun mecanismului legii iubirii. Ele se opun legii atracției.



Dacă dorești să *ai parte* de lucruri care te fac fericit, trebuie să începi prin a fi fericit, adică prin a *oferi* fericire! Aceasta este singura modalitate, căci tu nu poți *primi* decât ceea ce *oferi*! Tu ai opțiunea de a-ți alege sentimentele, de a-ți cultiva iubirea, iar forța iubirii are puterea de a-ți oferi toate celelalte lucruri pe care ți le dorești.

AFIRMAȚII CARE EMANĂ PUTERE

- *Ceea ce simți în fiecare clipă este mai important decât orice altceva, căci ceea ce simți în clipa de față îți creează viața viitoare.*
- *Puterea care dinamizează gândurile și cuvintele este dată de sentimente. De aceea, singurul lucru care contează este felul în care te simți!*
- *Toate sentimentele pozitive derivă din iubire! Toate sentimentele negative derivă din absența iubirii.*
- *Toate sentimentele pozitive te conectează cu forța iubirii, întrucât iubirea este sursa tuturor sentimentelor pozitive.*
- *Amplifică-ți sentimentele pozitive gândindu-te la lucrurile care îți plac și pe care le iubești. Enumeră nonstop aceste lucruri până când ajungi să te simți din ce în ce mai bine.*
- *Ceea ce simți în legătură cu un subiect legat de viața ta reflectă exact ceea ce ai gândit sau ai simțit în trecut în legătură cu subiectul respectiv.*
- *Viața nu se întâmplă pur și simplu, ci îți răspunde! Toate domeniile din viața ta depind de tine, și mai exact de ceea ce gândești și ce simți atunci când te referi la ele.*
- *Există o ierarhie infinită a sentimentelor pozitive pe care le poți simți, ceea ce înseamnă că nu există o limită a bucuriilor pe care ți le poate oferi viața.*
- *Toate lucrurile pe care le dorești te doresc la rândul lor! Banii te doresc. Sănătatea te dorește. Fericirea te dorește.*
- *Nu te lupta să îți modifice circumstanțele vieții. Dăruiește iubire prin sentimentele tale pozitive și lucrurile pe care ți le dorești vor apărea singure în viața ta!*
- *Trebuie să începi întotdeauna prin a-ți cultiva o stare de spirit pozitivă. Altfel spus, dacă dorești să primești lucruri care te fac fericit, trebuie să începi prin a-ți cultiva starea de fericire, emanând această vibrație!*

FRECVENȚELE SENTIMENTELOR

Dacă poți simți un lucru, cu siguranță îl poți primi

Tot ceea ce există în Univers are o frecvență magnetică, inclusiv sentimentele și gândurile tale. Sentimentele pozitive înseamnă că te afli pe frecvența pozitivă a iubirii. Cele negative înseamnă că te afli pe o frecvență de vibrație negativă. Sentimentele tale determină frecvența pe care te afli, iar această frecvență atrage în viața ta, asemeni unui magnet, toate persoanele, circumstanțele și evenimentele care au aceeași frecvență!

Dacă simți o stare de entuziasm, frecvența de vibrație a entuziasmului tău va atrage către tine oameni entuziaști, situații și evenimente care îți vor amplifica și mai mult entuziasmul. Dacă simți o stare de teamă, frecvența fricii va atrage către tine oameni temători, situații și evenimente care îți vor amplifica și mai mult teama. De aceea, este foarte ușor să îți dai seama pe ce frecvență de vibrație te afli, întrucât aceasta corespunde întocmai cu starea ta de spirit actuală (cu ceea ce simți)! Din fericire, tu îți poți schimba oricând dorești frecvența de vibrație, prin schimbarea stării tale de spirit, caz în care întreaga realitate din jurul tău se va schimba, adaptându-se astfel la noua ta frecvență.

În orice situație te-ai afla, tu poți obține absolut orice rezultat. Totul depinde de starea ta de spirit asociată cu situația respectivă!

O relație poate fi fericită, plină de bucurie, pasională, satisfăcătoare și asociată cu orice alt sentiment pozitiv. La fel de bine, ea poate fi plictisitoare, generatoare de frustrări, de griji, de resentimente, deprimantă și asociată cu orice alte sentimente negative. Orice relație permite obținerea întregii game de rezultate! Acestea depind de ceea ce simți față de ea. Sentimentele pe care le nutrești în privința ei vor determina rezultatele pe care le vei obține. Dacă ești fericit mai tot timpul în relația ta, tu emiți iubire, deci vei primi iubire și fericire, pentru că aceasta este frecvența pe care vibrezi.

„Schimbarea sentimentelor este o schimbare de destin.”

Neville Goddard (1905-1972)

Autor aparținând curentului Noua Gândire

Dacă vei privi lista cu frecvențele sentimentelor, vei constata că numărul frecvențelor pe care poți vibra în orice domeniu al vieții tale este foarte mare. Rezultatele pe care le obții în toate aceste domenii ale vieții depind întru totul de sentimentele tale față de respectivele domenii!

De pildă, atunci când te gândești la bani, tu te poți simți plin de entuziasm, fericit, bucuros, plin de speranță, îngrijorat, speriat sau deprimat. În mod similar, atunci când te gândești la starea de sănătate, te poți simți extatic, pasional, încântat, descurajat sau anxios. Acestea sunt frecvențe diferite ale sentimentelor, iar cele pe care le vei cultiva vor determina rezultatele pe care le vei obține în domeniile corespondente de viață.

Să spunem că îți dorești să călătorești. Dacă te simți dezamăgit pentru că nu ai bani ca să poți călători, frecvența pe care vibrezi în ceea ce privește călătoriile este dezamăgirea. Aceasta va atrage către tine alte circumstanțe care te vor dezamăgi și care te vor împiedica să călătorești, până când îți vei schimba felul în care simți. Forța iubirii este capabilă să aranjeze toate circumstanțele necesare pentru ca tu să poți călători, dar în acest scop este necesar să emiți una din frecvențele pozitive asociate cu ea.

Atunci când îți schimbi starea de spirit asociată cu o anumită situație, tu emani un sentiment diferit. Te situezi astfel pe o frecvență de vibrație diferită, care determină *în mod obligatoriu* schimbarea situației de la care ai pornit. De aceea, chiar dacă ți se întâmplă anumite lucruri negative, tu le poți schimba. Nu este niciodată prea târziu, întrucât tu îți poți schimba oricând dorești starea de spirit. Pentru a primi lucrurile pe care ți le dorești și pentru a schimba situațiile nefericite în situații fericite, tot ce trebuie să faci este să îți schimbi starea de spirit!

„Dacă dorești să descoperi secretele Universului, gândește din perspectiva energiei, a frecvențelor și a vibrațiilor.”

Nikola Tesla (1856-1943)

Inventatorul radioului și al curentului alternativ

Nu-ți mai lăsa sentimentele pe pilot automat

Marea majoritate a oamenilor nu realizează impactul sentimentelor pozitive asupra vieții lor. De aceea, ei reacționează în mod natural la ceea ce li se întâmplă. Cum s-ar spune, starea lor de spirit este pusă pe pilot automat și nu este asumată în mod deliberat. Atunci când li se întâmplă ceva bun, ei se simt bine. În schimb, atunci când li se întâmplă ceva rău, ei se simt rău. Ei nu realizează că sentimentele lor reprezintă *chiar* cauza lucrurilor care li se întâmplă. Reacționând în mod negativ la diferite situații neplăcute, ei *emit* o vibrație negativă care *atrage* noi circumstanțe, la fel de neplăcute sau chiar mai neplăcute. Acești oameni devin captivi astfel în spirala descendentă a propriilor lor sentimente negative. Viața lor se învâртеște într-un cerc vicios din care nu mai pot scăpa, la fel ca un hamster într-o cușcă ce învâрте o roată. Ei nu își dau seama că pentru a-și schimba viața, trebuie să își schimbe mai întâi de toate frecvența de vibrație!

*„Nu contează ceea ce ți se întâmplă,
ci felul în care reacționezi la ceea ce ți se întâmplă.”*

Epictet (55 – 135);

Filozof grec

Dacă nu ai suficienți bani, subiectul finanțelor te face automat să te simți prost, dar atât timp cât nu îți vei schimba starea de spirit, tu nu vei obține mai mulți bani. Dacă emiți sentimente negative asociate cu banii, tu vibrezi pe o frecvență negativă asociată cu acest subiect, așa că vei avea parte numai de circumstanțe neplăcute, cum ar fi primirea unor facturi foarte mari sau stricarea anumitor aparate din casă, care îți vor goli și mai mult buzunarul. Dacă vei continua să reacționezi negativ față de aceste evenimente (de pildă, în fața unei facturi foarte mari), tu te vei adânci și mai mult în frecvența negativă pe care o emiți, atrăgând astfel noi și noi circumstanțe, din ce în ce mai neplăcute, care îți vor goli și mai mult buzunarul.

Fiecare clipă reprezintă o oportunitate de a-ți schimba viața, căci tu îți poți schimba starea de spirit în orice moment. Nu contează cum te-ai simțit până acum. Nu contează ce greșeli crezi că ai făcut. Atât timp cât ești capabil să îți schimbi starea de spirit, tu te situezi pe o frecvență de vibrație diferită, iar legea atracției îți răspunde instantaneu! Dacă ești capabil să îți schimbi starea de spirit, trecutul dispare și întreaga viață ți se schimbă!

„Nu-ți pierde timpul cu regrete, căci atât timp cât te vei gândi la greșelile trecutului, tu le vei repeta la infinit.”

Neville Goddard (1905-1972)

Autor aparținând curentului Noua Gândire

Nu inventa motive pentru a-ți justifica incapacitatea de a iubi

Chiar dacă nu dispui de toate lucrurile pe care ți le dorești (pe care le iubești), asta nu înseamnă că nu ești un om bun sau plin de iubire.

Unicul scop al vieții este să ne învețe să transcendem negativitatea prin alegerea iubirii. Drama este că majoritatea oamenilor iubesc și apoi uită să mai iubească de sute de ori pe zi. Ei nu emit suficient de mult timp vibrația iubirii pentru a-i da acestei forțe timpul necesar să atragă în viața lor tot ceea ce își doresc. Gândește-te puțin: de câte ori nu ți s-a întâmplat să emiți vibrația iubirii, de pildă atunci când îmbrățișezi pe cineva drag, pentru ca cinci minute mai târziu să uiți de această vibrație, enervat că ți-ai pierdut cheile, pentru că ești în întârziere din cauza traficului sau pentru că nu găsești un loc de parcare? De câte ori nu ți s-a întâmplat să râzi amuzat împreună cu un coleg de muncă (oferind astfel iubire), pentru ca peste puțin timp să te simți dezamăgit pentru că felul tău preferat de mâncare s-a terminat la autoservirea la care obișnuiești să iei masa? De câte ori nu ți s-a întâmplat să emiți o vibrație de bucurie (adică de iubire) gândindu-te la weekendul care va urma, pentru ca să-ți pierzi complet buna dispoziție când ajungi acasă și găsești în poștă nu știu ce factură? Așa procedează oamenii de-a lungul întregii zile. Ei emit iubire, apoi încetează să o mai emită, și tot așa, de la o clipă la alta.

Nu există decât două posibilități: fie emiți iubire, acumulând astfel forța ei, fie nu o emiți. Motivele pe care le găsești pentru a-ți justifica incapacitatea de a iubi nu-ți folosesc la nimic. Motivele și justificările de acest fel nu fac decât să amplifice și mai mult negativitatea din viața ta. Atunci când vii cu o explicație care îți justifică lipsa iubirii, tu simți automat aceeași stare de spirit negativă, și astfel o amplifici!

„Cramponarea de mânie este ca și cum ai lua în mână un tăciune aprins cu intenția de a-l arunca în altcineva; singurul care se arde ești tu.”

Gautama Budda (563 – 483 Î. Ch.)

Fondatorul budismului

Spre exemplu, dacă te enervezi din cauza unei încurcături care te împiedică să te întâlnești cu cineva și îl învinovățești pe acesta pentru încurcătura produsă, înseamnă că te folosești de această acuzație ca de un pretext pentru a refuza să îți oferi iubirea. Legea atracției răspunde la vibrațiile tale, așa că dacă acuzi pe altcineva, vei avea parte de circumstanțe exterioare în care vei fi acuzat la rândul tău, nu neapărat de persoana pe care o acuzi acum. Cu siguranță se vor găsi însă persoane care te vor învinovăți pentru un motiv sau altul. Nu există motive pertinente pentru a nu aplica legea iubirii. Fiecare primește exact ceea ce oferă. Punct!

Legea atracției ține cont chiar și de cele mai minore lucruri

Acuzațiile, criticile, căutarea nodului în papură și lamentările sunt ipostaze ale negativității. De aceea, ele nu pot conduce decât la un conflict și mai accentuat. Ori de câte ori te plângi de ceva sau critici pe cineva sau ceva, tu emani o vibrație a negativității. Chiar dacă la prima vedere par inofensive, lamentările referitoare la vreme, trafic, guvern, partenerul de cuplu, copii, părinți, cozi, economie, alimente, propriul corp, slujbă, clienți, afaceri, prețuri, zgomote sau servicii nu pot atrage decât suferință și negativitate.

Scoate-ți pentru totdeauna din vocabular cuvinte precum *groaznic*, *oribil*, *cumplit* sau *îngrozitor*, căci ori de câte ori rostești aceste cuvinte, tu trăiești sentimente asociate foarte intense. Acestea se vor întoarce la tine, ceea ce înseamnă că ori de câte ori rostești aceste cuvinte, tu ți le lipești practic de frunte, ca niște etichete! Cultivă în schimb cuvinte precum *fantastic*, *uimitor*, *fabulos*, *excelent* și *minunat*.

Tu poți obține tot ceea ce îți dorești de la viață, dar în acest scop trebuie să te armonizezi cu forța iubirii, ceea ce înseamnă că nu mai trebuie să cauți pretexte pentru a nu emite această vibrație. Pretextele și justificările nu fac decât să te împiedice să primești ceea ce îți dorești și să duci o viață extraordinară.

*„Tot ce transmitem în viața altor persoane
se întoarce în viața noastră.”*

Edwin Markham (1852- 1940)

Poet

Dacă te plângi de ceva într-un magazin, iar patru ore mai târziu primești un telefon de la vecinul tău care se plânge că lătratul câinelui tău l-a înnebunit, tu nu faci nicio conexiune între cele două evenimente. La fel, dacă iei masa cu un prieten și îți vorbești de rău un amic comun, după care te întorci la serviciu și descoperi că au apărut probleme mari cu clientul tău principal, sau în cazul în care comentezi la cină o știre negativă auzită la televizor, după care nu poți adormi din cauza unei dureri de stomac, nu vezi legăturile dintre evenimente.

De asemenea, tu nu faci nicio conexiune între evenimente atunci când te oprești să ajuți pe cineva care și-a scăpat plasa cu cumpărături, iar acestea s-au împrăștiat pe întreaga stradă, pentru ca zece minute mai târziu să găsești un loc de parcare nesperat, chiar lângă ușa supermarketului, sau atunci când îți ajuți fericit copilul să își facă temele, pentru ca a doua zi să primești un telefon prin care ești anunțat că extensia de credit care ți-a fost acordată este mai mare decât te așteptai, ori atunci când îi faci o favoare unui prieten, pentru ca în aceeași săptămână șeful tău să îți dea două bilete la un meci important ca semn de apreciere pentru munca ta. Tu primești în permanență ceea ce oferi, indiferent dacă faci conexiunea între astfel de evenimente sau nu.

*„Nimic nu vine din neant. Tot ceea ce ni se întâmplă
vine din interiorul nostru.”*

Neville Goddard (1905-1972)

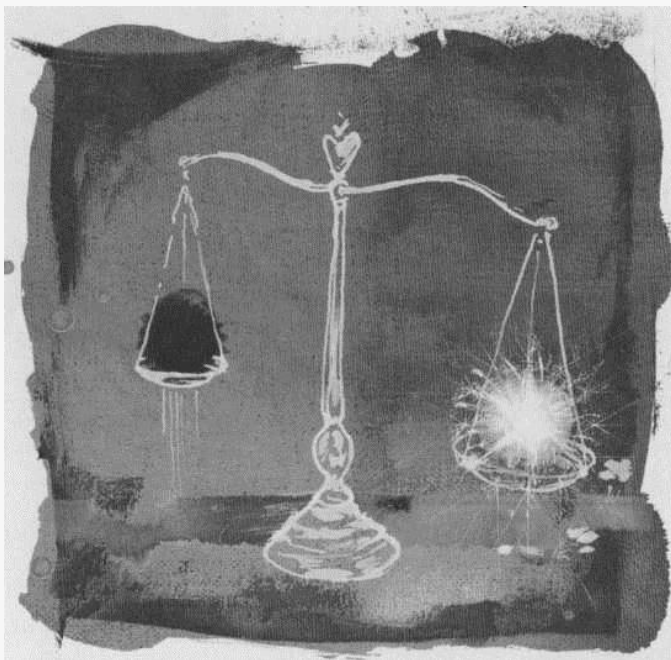
Autor aparținând curentului Noua Gândire

Punctul de cotitură

Dacă gândurile tale pozitive le depășesc cantitativ pe cele negative, tu ajungi la un punct de cotitură. Chiar dacă raportul dintre cele două categorii este doar de 51/49, acest lucru este suficient pentru ca roata destinului tău să se inverseze! Iată de ce:

Atunci când emani iubire, aceasta nu numai că se întoarce la tine sub forma circumstanțelor pozitive pe care ți le dorești, dar atrage încă și *mai multă* iubire și pozitivitate în viața ta! Această nouă pozitivitate atrage la rândul ei noi circumstanțe pozitive, care adaugă și mai multă iubire și pozitivitate în viața ta, și astfel spirala continuă. Legea atracției funcționează implacabil după principiul magnetismului și ori de câte ori ți se întâmplă ceva bun, această situație atrage ca un magnet noi și noi lucruri bune în viața ta.

Probabil că ai experimentat deja o perioadă „norocoasă”, în care te simțeai „pe val” și în care ți s-au întâmplat tot felul de lucruri bune, părând că ciclul nu va avea niciodată sfârșit. Fără nicio îndoială, această perioadă a fost determinată de un flux de sentimente pline de iubire care s-au întors apoi la tine, generând încă și mai multă iubire și atrăgând astfel și mai multe lucruri bune.



Probabil că ai experimentat și situația inversă: o perioadă plină de ghinioane care te-a făcut să crezi că „o nenorocire nu vine niciodată singură”. Astfel de perioade apar atunci când gândurile și sentimentele negative le depășesc pe cele pozitive. Ele se întorc la tine, umplându-te de și mai multă negativitate, după care generează

noi și noi evenimente neplăcute. În realitate, aceste perioade nu au nimic de-a face cu „norocul” sau cu „ghinionul”, ci doar cu acțiunea implacabilă a legii atracției. Ele nu au făcut altceva decât să reflecte cantitatea de iubire sau de negativitate pe care ai emanat-o anterior. În mod similar, singurul motiv pentru care „norocul” sau „ghinionul” ți s-a schimbat a fost acela că la un moment dat ai inversat raportul de forțe între gândurile și sentimentele tale.

„În acest fel, tu poți duce o viață fermecătoare și poți fi protejat de-a pururi de rău; poți deveni o forță pozitivă și poți atrage către tine acele circumstanțe care corespund opulenței și armoniei.”

Charles Haanel (1866-1949)

Autor aparținând curentului Noua Gândire

Dacă dorești să îți schimbi viața, tot ce trebuie să faci este să îți examinezi balanța sentimentelor și să acționezi astfel încât iubirea să prevaleze în gândurile și în sentimentele tale. În clipa în care ajungi să inversezi raportul dintre iubire și negativitate, cea dintâi se întoarce la tine și se multiplică, atrăgând și mai multă iubire sub impactul legii atracției. Ajungi să experimentezi astfel o accelerare și o amplificare a tuturor lucrurilor bune din viața ta! În loc să ai parte numai de ghinioane și de nenorociri, situația tinde să se îmbunătățească în toate domeniile vieții tale. Și chiar așa este normal să trăiești.

Momentul cel mai important al zilei este cel în care te trezești dimineața. Acesta este momentul decisiv în care poți determina în ce parte se înclină balanța gândurilor și sentimentelor tale. În funcție de decizia pe care o iei acum, tu poți avea parte de o zi minunată, în care ți se întâmplă numai lucruri bune, sau dimpotrivă, de o zi groaznică, plină de ghinioane. Tu ești cel care determină cum va fi ziua ta, prin starea ta de spirit! Ceea ce simți este ceea ce oferi, și implicit ceea ce vei primi de-a lungul zilei care urmează, oriunde te-ai duce!

Dacă îți începi ziua simțindu-te fericit și dacă urmărești să îți menții această stare de spirit, vei avea parte de o zi minunată! În schimb, dacă îți începi ziua într-o stare de spirit negativă și nu faci nimic pentru a-ți schimba această dispoziție, vei avea parte de o zi dintre cele mai neplăcute.

Mai mult decât atât, sentimentele pozitive nu numai că îți schimbă ziua în curs, dar îți pot schimba inclusiv ziua de mâine, și în ultimă instanță întreaga viață! Dacă înveți să le cultivi în permanență și te duci la culcare fericit, a doua zi dimineața vei fi predispus să te trezești în aceeași stare de spirit. Dacă vei continua să o cultivi, buna ta dispoziție va continua să se amplifice sub impactul legii atracției, îmbunătățindu-ți din ce în ce mai mult viața. Iar acest proces poate continua la nesfârșit...

„Trăiește acum, nu ieri și nu mâine. Doar acum.
Trăiește clipă de clipă. Nu-ți amaneta prezentul
în favoarea viitorului.”
Jerry Spinelli (N. 1941)
Autor cărți pentru copii

Atât de mulți oameni nu trăiesc în momentul prezent. Ei sunt complet absorbiți în planurile lor de viitor, uitând că acesta este creat de ceea ce gândesc și ce simt în *prezent*. Singurul lucru care contează este ceea ce simțim *în prezent*, aceasta fiind *singura* cauză care ne determină viitorul. De aceea, fiecare zi reprezintă o ocazie de a ne schimba viața, întrucât noi trecem în fiecare zi prin același punct de cotitură. Noi ne putem schimba în orice zi viitorul prin starea noastră de spirit. Dacă îți vei schimba raportul de forțe în favoarea sentimentelor pozitive, forța iubirii îți va schimba viața cu o repeziciune atât de uimitoare încât nu-ți va veni să crezi.

AFIRMAȚII CARE EMANĂ PUTERE

- *Tot ce există în Univers este magnetic, și totul are o forță de atracție magnetică, inclusiv gândurile și sentimentele tale.*
- *Frecvența ta de vibrație este determinată de sentimentele tale, indiferent dacă acestea sunt pozitive sau negative. Tu atragi către tine persoane, situații și evenimente care vibrează pe aceeași frecvență.*
- *Tu îți poți schimba frecvența de vibrație în orice moment prin schimbarea stării tale de spirit, iar circumstanțele din jurul tău se vor schimba la rândul lor, adaptându-se la noua frecvență.*
- *Dacă ți se întâmplă ceva neplăcut, tu poți schimba această stare de lucruri. Nu este niciodată prea târziu, pentru că tu îți poți schimba oricând dorești starea de spirit.*
- *Mulți oameni își lasă starea de spirit pe pilot automat; ei reacționează în plan emoțional la ceea ce li se întâmplă, fără să-și dea seama că sentimentele lor reprezintă cauza lucrurilor care li se întâmplă.*
- *Dacă dorești să schimbi ceva în viața ta – indiferent dacă este vorba de bani, de starea de sănătate, de relații sau de orice altceva – tot ce trebuie să faci este să îți schimbi sentimentele asociate cu domeniul respectiv de viață.*
- *Acuzațiile, criticile, căutarea nodului în papură și lamentările sunt forme ale negativității și nu atrag altceva în viața ta decât noi conflicte.*
- *Scoate-ți din vocabular cuvinte precum teribil, groaznic, oribil sau cumplit și folosește cât mai frecvent cuvinte precum fantastic, minunat, uimitor sau sublim.*
- *Dacă raportul dintre gândurile și sentimentele tale pozitive și cele negative devine de minim 51/49, roata destinului tău se schimbă, întrucât ai trecut de punctul de cotitură!*
- *Fiecare zi reprezintă o ocazie de a-ți schimba viața. În fiecare zi tu treci prin punctul de cotitură și îți poți schimba viitorul prin schimbarea stării tale de spirit.*

PUTERE ȘI CREAȚIE

„Fiecare moment din viața ta are un potențial creator infinit, iar resursele Universului nu se epuizează niciodată. Este suficient să îți ceri clar Universului ceea ce îți dorești și toate dorințele tale îți vor fi îndeplinite.”

Shakti Gawain (N. 1948)

Autoare cărți dezvoltare personală

În capitolele care vor urma vei învăța cât de ușor este să strunești forța iubirii și să te folosești de ea pentru a-ți îmbunătăți situația financiară, starea de sănătate, cariera, afacerile sau relațiile. Înarmat cu această cunoaștere, vei putea să îți schimbi viața oricum vei dori.

Dacă dorești să atragi către tine un lucru sau o situație pe care ți-o dorești, tot ce trebuie să faci este să urmezi pașii simpli ai Procesului Creator. De altfel, acest proces funcționează oricum, indiferent dacă manifesti realitatea pe care ți-o dorești sau o situație pe care nu ți-o dorești.

Procesul Creator

Imaginează-ți. Simte. Fii pe recepție.

1. IMAGINEAZĂ-ȚI

Folosește-ți mintea pentru a-ți imagina situația dorită și focalizează-te asupra acesteia. Imaginează-ți că *ai obținut* deja ceea ce îți dorești. Imaginează-ți că *te bucuri* de realitatea dorită.

2. SIMTE

Atunci când îți imaginezi situația dorită, urmărește să *simți* o stare de iubire pentru ea. Imaginează-ți și *simte* că ai devenit, ai realizat sau ai obținut ceea ce îți dorești.

Imaginația este o putere mentală care are capacitatea de a te conecta cu ceea ce îți dorești. Dorințele și sentimentele tale de iubire creează un câmp magnetic, atrăgând către tine realitatea dorită. Acesta este rolul tău în cadrul Procesului Creator.

3. FII PE RECEPȚIE

Forța iubirii are capacitatea de a se folosi de forțele vizibile și invizibile ale naturii pentru a-ți oferi ceea ce îți dorești. Ea se folosește în acest scop de circumstanțe, de evenimente și de diferite persoane pentru a-ți îndeplini dorința.

Dacă îți dorești ceva, dorește-ți din toată inima. Dorința *înseamnă* iubire, iar dacă nu ai o dorință arzătoare în inima ta, nu poți acumula suficientă putere pentru a struni forța iubirii. De aceea, dorește-ți cu adevărat ceea ce vrei, la fel cum își dorește un sportiv să câștige competiția, un dansator să danseze și un pictor să picteze. Dorește-ți din toată inima ceea ce vrei, căci dorința arzătoare înseamnă iubire și fără iubire nu poți primi ceea ce îți dorești!

Orice îți dorești să devii, să faci sau să ai, Procesul Creator este același. Dăruiește iubire ca să poți primi iubire. Imaginează-ți ceea ce îți dorești. Simte ceea ce îți imaginezi, apoi fii pe recepție pentru a primi realitatea dorită.

Atunci când te folosești de Procesul Creator, imaginează-ți și simte că ai obținut deja ceea ce îți dorești și nu renunța niciodată la această stare de spirit. De ce? Deoarece legea atracției îți oferă numai ceea ce oferi la rândul tău. De aceea, trebuie să îți imaginezi și să simți că ai obținut deja ceea ce îți dorești.

Spre exemplu, dacă dorești să slăbești, oferă iubire imaginându-ți și simțind corpul pe care îl iubești, și nu te mai gândi cu resentiment la corpul supraponderal pe care îl ai acum. Dacă îți dorești să călătorești, oferă iubire imaginându-ți și simțind cum ar fi dacă ai călători și nu te mai plânge în fiecare zi că nu ai bani ca să-ți permiți excursiile dorite. Dacă dorești să îți îmbunătățești performanțele într-un sport, în domeniul actoriei, în cel muzical, al unui hobby sau în cel profesional, oferă iubire imaginându-ți și simțind că ai atins deja performanțele dorite. Dacă îți dorești o căsnicie mai armonioasă sau o relație mai bună cu cineva, oferă iubire imaginându-ți și simțind că te bucuri deja de această armonie.

*„Credința înseamnă să crezi într-o realitate
pe care nu o vezi încă.*

*Răsplata acestei credințe este chiar realitatea
în care ai crezut.”*

Sfântul Augustin din Hippo (354-430)

Teolog și Episcop

Dacă îți propui să lucrezi cu Procesul Creator, sfatul meu este să începi cu o dorință mai puțin obișnuită. Dacă vei reuși să atragi această realitate, nu vei mai avea îndoieli asupra puterii tale de manifestare.

Cunosc o tânără care s-a decis să înceapă aplicarea Procesului Creator propunându-și să atragă în viața ei o anumită floare: o cală albă. Ea și-a imaginat că ține floarea în mână, că îi miroase parfumul și că este a ei. Două săptămâni mai târziu, ea a fost invitată de o prietenă să ia cina împreună cu ea. Când a ajuns acasă la ea, chiar în centrul mesei se afla un buchet mare de cale albe, exact așa cum și le-a imaginat ea. Deși plină de entuziasm datorită acestei sincronicități, ea nu i-a spus nimic prietenei sale. La sfârșitul cinei, pe când se îndrepta către ușă, fiica prietenei sale a luat în mod spontan una din calele din vază și i-a dăruit-o!

„Imaginația este începutul oricărei creații.

Noi ne imaginăm ceea ce ne dorim, apoi ne

manifestăm voința de a ne împlini visul,

iar în final creăm ceea ce ne-am propus.”

George Bernard Shaw (1856 – 1950)

Dramaturg, laureat al Premiului Nobel

Dăruiește și primește

Îți reamintesc că legea atracției afirmă că tot ceea ce dăruiești se întoarce asupra ta. Această imagine este mai ușor de înțeles dacă te gândești la ea ca la o oglindă, ca la un ecou, ca la un bumerang sau ca la un aparat de copiat xerox. Legea atracției este la fel ca o oglindă deoarece oglindește exact imaginea care se află în fața ei. Ea este la fel ca un ecou deoarece vibrațiile pe care le emiți se întorc la tine, așa cum se întâmplă în cazul ecoului (care este un caz particular, referitor la vibrațiile sonore). Este la fel ca un bumerang deoarece ceea ce emani se întoarce la tine. Este ca un aparat xerox deoarece reproduce exact ceea ce îi oferi și îți înapoiază această realitate la fel ca o copie xerox.

Acum câțiva ani mă aflam la Paris și mă plimbam pe stradă. Pe lângă mine a trecut o femeie care purta una dintre cele mai frumoase fuste pe care le-am văzut vreodată, într-un stil pur parizian. Am avut imediat o reacție de iubire: „Ce fustă superbă!”

Câteva săptămâni mai târziu mă îndreptam către locul meu de muncă din Melbourne, Australia, când am fost nevoită să frânez din cauza unei mașini care făcea o întoarcere ilegală la o intersecție. La volanul ei se afla o femeie îmbrăcată cu aceeași fustă pe care o văzusem la Paris. Nu-mi venea să îmi cred ochilor! Când am ajuns la serviciu, am sunat la magazinul de confecții de la care obișnuiam să îmi fac cumpărăturile, iar persoana care mi-a răspuns mi-a spus că nu au primit decât o singură fustă în stil european, iar aceasta era afișată în vitrină. Bineînțeles că fusta era exact mărimea mea. Până am ajuns la magazin ca să o cumpăr, prețul fustei fusese redus la jumătate! Mai mult, vânzătoarea mi-a spus că magazinul nu a făcut nicio comandă pentru această fustă, care le-a fost trimisă din greșeală împreună cu un alt lot de marfă!

Singurul lucru pe care l-am făcut ca să atrag către mine fusta care mi-a plăcut atât de mult a fost să o iubesc, iar ea mi-a fost livrată aproape la domiciliu, de la Paris într-un magazin de pe o străduță oarecare din Melbourne, prin cine știe ce circumstanțe și evenimente sincrone. Atât de mare este puterea magnetică a iubirii! Așa operează legea atracției.

Imaginația

„Această lume nu este decât pânza pe care pictăm prin intermediul imaginației noastre.”

Henry David Thoreau (1817 – 1862)

Autor transcendentalist

Ori de câte ori îți imaginezi un lucru pozitiv pe care îl iubești și pe care ți-l dorești, tu te folosești de forța iubirii. Ori de câte ori îți imaginezi ceva pozitiv, susținându-ți gândurile printr-un sentiment de iubire, tu oferi sublima emoție a iubirii în asociere cu lucrul respectiv, așa că Universul ți-l va furniza. Dacă îți poți imagina și simți un lucru sau o situație, cu siguranță le poți primi. Nu trebuie să uiți însă că imaginația ta trebuie să se nască din iubire!

Astfel, ceea ce îți imaginezi nu trebuie să rănească pe nimeni sau să facă rău altcuiva. Imaginația care este orientată către rănirea unei alte persoane nu se naște din iubire, ci din absența acesteia. De bună seamă însă, situația imaginată se va întoarce și în acest caz asupra ta, cu aceeași ferocitate cu care ți-ai imaginat-o! Așa cum spuneam, tu primești de la Univers tot ceea ce îi oferi (în plan energetic).

Dar mai doresc să îți spun ceva fantastic despre puterea iubirii și a imaginației. Realitatea ideală pe care ți-o poți imagina este nimic prin comparație cu ceea ce îți poate oferi forța iubirii. Iubirea nu are limite! Spre exemplu, dacă îți dorești să fii plin de vitalitate și de fericire, bucurându-te la maxim de viață, forța iubirii îți poate oferi aceste lucruri la un nivel care depășește cu mult tot ce ți-ai imaginat tu vreodată. Îți spun acest lucru tocmai ca să renunți la limitele pe care ți le impui singur propriei imaginații și propriei vieți. Împinge-ți de fiecare dată imaginația mai departe și forțează-i întotdeauna limitele. Altfel spus, dacă îți dorești ceva, imaginează-ți întotdeauna tot ce poate fi mai bun pentru tine.

Diferența dintre un om care se luptă cu greutățile vieții și unul care duce o viață fabuloasă se reduce la un singur lucru: iubirea. Cel din urmă își imaginează că deține deja ceea ce își dorește și *simte* o mare iubire față de creația imaginației sale! Cel dintâi își folosește în mod neintenționat imaginația pentru a amplifica în plan mental situațiile pe care nu și le dorește și *simte* toate emoțiile negative asociate cu aceste situații. E ceva atât de simplu, însă diferența dintre viețile lor este enormă, iar acest lucru poate fi văzut pretutindeni.

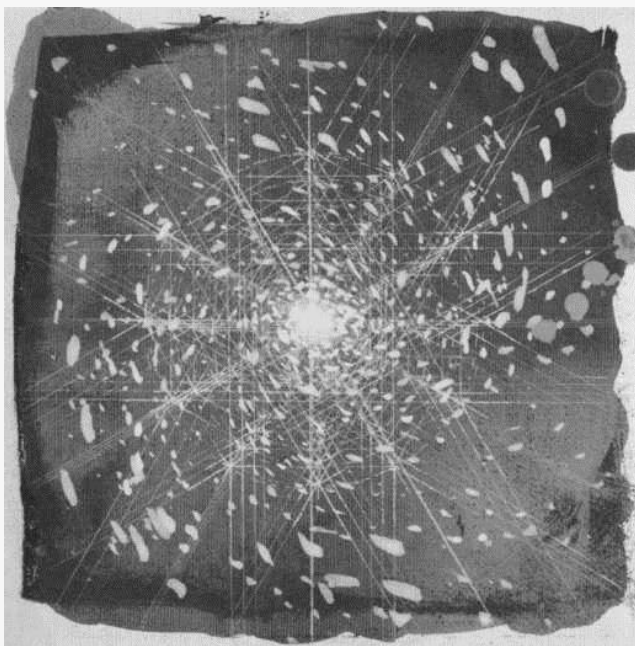
„Secretul minții care poate controla realitatea este folosirea imaginației.”

Christian D. Larson (1874-1962)

Autor aparținând curentului Noua Gândire

Istoria a dovedit că cei care îndrăznesc să își imagineze imposibilul sunt întotdeauna cei care reușesc să depășească toate limitările umane. În toate domeniile activității umane, cum ar fi medicina, știința, sportul, arta sau tehnologia, numele celor care și-au imaginat imposibilul sunt chiar cele pe care le-a păstrat istoria. Prin depășirea limitelor imaginației lor, acești oameni au reușit să schimbe întreaga lume.

Oricum ar arăta, viața ta este exact așa cum ți-ai imaginat-o. Tot ceea ce ai sau nu ai, toate situațiile și circumstanțele din viața ta corespund perfect lucrurilor pe care ți le-ai imaginat cândva. Drama este că marea majoritate a oamenilor își imaginează întotdeauna tot ce poate fi mai rău! În acest fel, ei se folosesc de cel mai minunat instrument care le stă la dispoziție împotriva propriei lor vieți. În loc să își imagineze tot ce poate fi mai bun pentru ei, acești oameni se tem și își imaginează tot felul de scenarii catastrofale, creând astfel profeții care au tendința să se împlinească. Într-adevăr, atât timp cât își imaginează și simt aceste scenarii, ele chiar se împlinesc.



Omul primește ceea ce oferă. De aceea, imaginează-ți și simte tot ce poate fi mai bun pentru tine în toate domeniile vieții, căci aceste scenarii (oricât de exagerate ți s-ar părea la ora actuală) sunt „floare la ureche” pentru forța imensă a iubirii!

Atunci când m-am stabilit împreună cu familia mea în Statele Unite, l-am adus și pe câinele nostru în vârstă de 15 ani, Cabbie. Într-o seară, la scurt timp după ce Cabbie a ajuns în America, el a ieșit printr-o gaură din gard și a dispărut. Casa noastră se afla la poalele unor munți, așa că situația nu era tocmai ideală. Deși afară

se întunecase, l-am căutat pe Cabbie pe străzi și pe potecile care duceau spre munți. Nu l-am găsit însă nicăieri.

În timp ce eu și fiica mea ne continuam căutările, am simțit cum în noi se amplifică un sentiment de neliniște. Știam că ceea ce trebuia să facem era să încetăm cu căutările și să ne schimbăm starea de spirit. Sentimentul negativ pe care îl simțeam ne indica limpede că ne imaginam tot ce putea fi mai rău. De aceea, primul lucru pe care trebuia să îl facem era să ne schimbăm de urgență starea de spirit și să ne imaginăm tot ce putea fi mai bun. Ne aflam într-un punct în care orice scenariu era cu putință, iar noi nu puteam schimba rezultatul decât imaginându-ne și simțind că dragul nostru Cabbie se afla în siguranță acasă, alături de noi.

Ne-am întors așadar acasă și ne-am imaginat că acesta se afla împreună cu noi. I-am pus mâncare în vasul lui, ca și cum ar fi fost de față. Ne-am imaginat că auzim clopoțelul legat la gâtul lui Cabbie. Am vorbit cu el și l-am strigat pe nume, ca și cum ar fi fost acolo. Fiica mea s-a dus la culcare imaginându-și că bunul ei prieten din ultimii 15 ani dormea lângă patul ei, așa cum a făcut întotdeauna.

A doua zi dimineața am găsit un bilet prins cu un ac pe un copac prin care cineva anunța că a găsit un câine. Desigur, era Cabbie. Așa cum ne-am imaginat cu o seară înainte, câinele nostru s-a întors în siguranță acasă.

Oricât de dificilă ar fi situația în care te afli, imaginează-ți întotdeauna cel mai bun rezultat posibil și încearcă să simți acest lucru! În acest fel, vei schimba circumstanțele exterioare, iar situația în care te afli se va transforma în sensul dorit de tine.

Tot ceea ce îți poți imagina există deja

*„Creația nu este decât proiecția în formă
a unei realități care există deja.”*

Śrīmad-Bhāgavatam (Secolul IX)

Vechi text hindus

Dacă îți poți imagina o dorință, realitatea care îi corespunde există deja! Nu contează despre ce este vorba; dacă ți-ai putut imagina respectiva dorință, ea există deja în creație.

Scripturile vechi de 5000 de ani afirmă că întreaga creație este completă și că ei nu i se mai poate adăuga nimic. La ora actuală,

5000 de ani mai târziu, fizica cuantică confirmă că toate posibilitățile există *acum*, în momentul *prezent*.

„Creația cerului și a pământului, și a tuturor lucrurilor dintre ele, a fost încheiată și completă.”

Geneza 2:1

În traducere liberă, acest lucru înseamnă că orice realitate pe care ți-o poți imagina pentru viața ta există deja. Creația lui Dumnezeu este completă. Toate posibilitățile există deja. De aceea, dacă îți imaginezi că ai depășit un record mondial, că faci o excursie în Orientul îndepărtat, că ai o stare de sănătate perfectă sau că ești părinte, aceste posibilități există în creație chiar acum, întrucât dacă nu ar exista, tu nu ți le-ai putea imagina! Pentru a manifesta realitatea dorită astfel încât să devină vizibilă, tot ce trebuie să faci este să îți oferi iubirea ta acestei realități prin intermediul imaginației și al sentimentelor tale.

Imaginează-ți că viața ta ia exact cursul dorit de tine. Imaginează-ți tot ceea ce îți dorești. Folosește-ți zilnic imaginația. De pildă, *imaginează-ți* cum ar fi dacă toate relațiile tale ar fi armonioase, dacă ai avansa la locul de muncă, dacă ai avea toți banii necesari pentru a face întotdeauna ceea ce îți place, dacă ai avea o stare de sănătate perfectă, dacă ai putea face tot ceea ce îți dorești. Folosește-ți toate simțurile pentru a-ți imagina aceste lucruri. Spre exemplu, dacă îți dorești să călătorești în Italia, imaginează-ți mirosul măslinilor, gustul pastelor, accentul cuvintelor italiene care îți sunt adresate, atingerea pietrelor Coloseumului etc. Pe scurt, *simte* cum ar fi dacă te-ai afla în Italia!

Ori de câte ori discuți cu cineva (inclusiv cu tine însuși, în cadrul dialogului tău interior), folosește cât mai frecvent expresia: *„Imaginează-ți cum ar fi dacă...”* Apoi completează spațiul gol descriind realitatea pe care ți-o dorești! Dacă discuți cu un prieten iar acesta se plânge că un coleg a primit promovarea pe care și-o dorea el, ajută-l să treacă pe o frecvență de vibrație pozitivă spunându-i ceva de genul: *„Imaginează-ți că nu ai primit promovarea dorită pentru că te așteaptă una și mai importantă (sau o altă slujbă mai bună), în urma căreia vei primi un salariu mult mai mare!”* Adevărul este că această posibilitate există deja în creație, iar dacă prietenul tău și-ar putea-o imagina, ea ar prinde viață pentru el!

*„Particulele elementare nu sunt reale; ele alcătuiesc
o lume a posibilităților sau a potențialităților,
și nu una a faptelor reale sau a obiectelor solide.”*

Werner Heisenberg (1901 – 1976)

Specialist în Fizica Cuantică, laureat al premiului Nobel

Folosește-ți imaginația și joacă-te cu ea până când ajungi să te simți cu adevărat bine. Tot ce îți poți imagina te așteaptă deja, fiind deja creat în realitatea invizibilă, iar modalitatea de a o aduce în realitatea vizibilă constă în folosirea forței iubirii prin intermediul imaginației și al simțirii.

După ce a absolvit facultatea, o tânără s-a luptat luni la rând să își găsească o slujbă. Cel mai mare obstacol cu care s-a luptat a fost imaginarea unei slujbe pe care nu o avea. Ea a scris zilnic în jurnal cât de recunoscătoare se simțea pentru slujba care venea către ea, dar aceasta refuza să apară. Cererile de angajare pe care le depunea peste tot erau o dovadă a disperării ei, iar legea atracției răspundea acestei disperări.

Cum crezi că a procedat tânăra noastră pentru a schimba această stare de lucruri? Ea s-a decis să își folosească imaginația și să trăiască exact ca în cazul în care ar fi fost deja angajată. Astfel, și-a pus ceasul să sune dimineața devreme, ca și cum ar fi trebuit să se pregătească să se ducă la serviciu. A renunțat să mai scrie în jurnal că este recunoscătoare pentru slujba care urma să vină la ea, ci și-a descris recunoștința pentru succesul pe care îl avea la locul de muncă și pentru relațiile armonioase cu colegii ei. Seara își pregătea hainele pentru a doua zi, ca și cum ar fi trebuit să meargă la serviciu cu ele. Și-a creat inclusiv un cont pentru salariul pe care urma să îl primească. Timp de două săptămâni, ea a trăit pe pielea ei ce însemna să fie angajată. La sfârșitul acestei perioade, un prieten a anunțat-o din senin că la compania unde lucra el s-a eliberat un loc de muncă. Tânăra s-a prezentat la interviu, a obținut slujba și toate lucrurile despre care a scris în jurnal s-au adeverit peste noapte.

Mobilizează-te singur

*„Atunci când te gândești la ceea ce ți se întâmplă,
respectiv la ceea ce îți sugerează diferitele persoane,
evenimentele și circumstanțele din viața ta,
tu nu te gândești la ceea ce îți dorești cu adevărat.
Nu îți urmezi propriile dorințe, ci dorințele altora.
Folosește-ți imaginația și stabilește singur ce dorești să faci.”*
Christian D. Larson (1874-1962)
Autor aparținând curentului Noua Gândire

Atunci când aplici Procesul Creator, mobilizează-te singur în toate felurile cu putință pentru a-ți genera sentimentele pe care le-ai avea dacă te-ai bucura deja de realitatea dorită. Înconjoară-te de imagini, fotografii, haine și alte obiecte relevante care îți sugerează această realitate, astfel încât să ți-o poți imagina mai ușor.

Spre exemplu, dacă îți dorești haine noi, fă loc în șifonier pentru ele și pune în el niște umerase goale, în așteptarea noilor haine. Dacă îți dorești mai mulți bani, asigură-te că ai suficient spațiu pentru ei în portofel (aruncă diferitele hârtii inutile din acesta).

Dacă îți dorești un partener de cuplu perfect, imaginează-ți și simte că acesta se află deja în viața ta. În acest scop, culcă-te pe o parte laterală a patului (nu în mijlocul lui), lăsându-i astfel loc partenerului tău. Golește o parte din șifonier, lăsându-i suficient spațiu pentru a-și pune propriile haine. Pune masa pentru două persoane, nu pentru una. Astfel de gesturi sunt foarte ușor de pus în practică. Pe scurt, fă tot ce îți stă în puteri pentru a nu-ți contrazice dorința prin acțiunile tale de zi cu zi. Dimpotrivă, folosește-te de toate gesturile care te pot ajuta să simți că dorința ta s-a împlinit deja. Este vorba de gesturi minore care îți pot stimula puternic imaginația.

Iată exemplul unei femei care și-a folosit imaginația pentru a-și procura un cal. Femeia și-a dorit un astfel de animal toată viața, dar nu și-a putut permite niciodată unul. Își dorea neapărat un cal din rasa Morgan castaniu, iar acești cai costau multe mii de dolari. De aceea, ori de câte ori privea prin fereastra de la bucătărie câmpul liber de afară, ea își imagina că vede calul pe care și-l dorea. Pentru a-și stimula și mai mult imaginația, și-a pus o poză cu un Morgan castaniu pe ecranul calculatorului. Ori de câte ori avea ocazia, desena schițe ale unui cal. A început chiar să caute anunțuri cu cai

de vânzare, deși nu își putea permite în niciun caz unul. Și-a dus copiii la magazin și au probat cu toții cizme de călărie. Au examinat apoi șeile de vânzare. A cumpărat singurele lucruri pe care și le putea permite: o pătură pentru cai, frâiele și o perie pentru țesălat, pe care le-a plasat apoi la vedere pentru a le putea vedea în fiecare zi. Nu peste mult timp, femeia a participat la o expoziție de cai din orașul ei. În cadrul expoziției s-a organizat o tombolă al cărei premiu era un Morgan castaniu. Femeia a participat la tombolă și a câștigat, întorcându-se acasă cu calul pe care îl visase!

Atunci când îți imaginezi realitatea dorită, este foarte important să te folosești de toate simțurile tale. Simte atingerea obiectului pe care ți-l dorești pe pielea ta. Dacă este cazul, imaginează-ți cum ar fi să îl guști, să îl miroși sau să îl auzi!

Un bărbat a lucrat astfel cu toate simțurile sale pentru a atrage mai multe oferte de slujbe. El a depus nu mai puțin de 75 de cereri de angajare într-un interval de trei ani, dar nu a primit niciun răspuns favorabil. În final, el s-a decis să își folosească imaginația și toate simțurile pentru a-și vizualiza slujba dorită. Pe scurt, și-a imaginat toate detaliile din noul său birou. A simțit atingerea tastaturii calculatorului și mirosul cu iz de lămâie al lacului pentru mobilă. Și-a imaginat un birou uriaș din lemn de mahon. Le-a dat colegilor săi nume, a discutat (în imaginație) cu ei și a participat la ședințe cu ei.

Și a imaginat inclusiv gustul plăcintei cu carne pe care ar fi mâncat-o în timpul pauzelor de masă. Câteva săptămâni mai târziu, a început să primească telefoane pentru interviuri. Acestea s-au transformat rapid într-o adevărată avalanșă. În urma interviurilor, a primit nu doar o singură ofertă pentru o slujbă de vis, ci două! Desigur, a acceptat-o pe cea care îi plăcea cel mai mult!

Dacă ți-ai jucat rolul în cadrul Procesului Creator, creația realității dorite s-a încheiat deja! Tu nu te mai afli în vechea lume, în care această realitate nu exista, ci într-o lume nouă, care include realitatea dorită de tine. Conștientizează acest lucru și faptul că te vei bucura în scurt timp de această realitate!

AFIRMAȚII CARE EMANĂ PUTERE

● Pentru a folosi forța iubirii în sensul dorit de tine (pentru a manifesta o realitate dorită sau pentru a schimba o realitate nedorită), tot ce trebuie să faci este să aplici Procesul Creator, care este întotdeauna același: imaginează-ți, simte, fii pe recepție.

● Imaginația ta te pune în legătură cu realitatea pe care ți-o dorești. Dorința ta și sentimentele tale pline de iubire creează un câmp magnetic, care atrage către tine realitatea dorită!

● Imaginează-ți că dorința ta s-a împlinit deja. Simte iubire pentru realitatea pe care ți-o imaginezi.

● Dorește-ți din toată inima ceea ce vrei, căci orice dorință este o expresie a iubirii și nicio realitate nu poate fi atrasă fără iubire.

● Ori de câte ori îți imaginezi o realitate pozitivă pe care o iubești și pe care ți-o dorești, tu pui în mișcare forța iubirii. De aceea, depășește-ți propriile limite ale imaginației și gândește-te la tot ce poate fi mai bun pentru tine.

● Orice dorință pe care ți-o poți imagina există deja! Nu contează despre ce este vorba. Dacă îți poți imagina realitatea respectivă, ea există deja în creație!

● În conversații și în mintea ta folosește cât mai frecvent expresia: „Imaginează-ți ce ar fi dacă..” Apoi completează spațiul gol cu ceea ce îți dorești!

● Stimulează-ți cât de mult poți imaginația. Înconjoară-te cu diferite imagini, fotografii și obiecte relevante care te ajută să îți imaginezi mai ușor și să simți ceea ce îți dorești.

● Folosește-te cât mai plenar de simțuri atunci când îți imaginezi realitatea dorită. Încearcă să o atingi, să o guști, să o miroși și să o auzi în imaginația ta, nu doar să o vizualizezi!

● Dacă ți-ai jucat rolul în cadrul Procesului Creator, ai pătruns într-o lume nouă în care realitatea dorită de tine există deja, chiar dacă nu o poți vedea încă. Conștientizează acest lucru și vei avea parte de ea!

SENTIMENTELE ÎNSEAMNĂ CREAȚIE

*„Ori de câte ori sentimentele tale se află în conflict
cu dorințele tale, sentimentele vor prevala.”*

Neville Goddard (1905 – 1972)

Autor aparținând curentului Noua Gândire

Câmpurile de sentimente

Este foarte important să înțelegi ce se întâmplă atunci când îți manifesti iubirea prin intermediul sentimentelor tale pozitive, căci procesul este cu adevărat magnific. Sentimentele tale creează un câmp magnetic care te înconjoară de pretutindeni. Fiecare om este înconjurat de un astfel de câmp magnetic, care îl urmează oriunde s-ar duce. Probabil că ai văzut imaginile prin care oamenii din trecut ilustrau aura sau nimbul care înconjoară orice ființă umană. Ei bine, această aură nu este altceva decât un câmp electromagnetic care permite atragerea realității dorite în viața ta, iar ceea ce determină dacă acest câmp este pozitiv sau negativ sunt sentimentele tale!

Ori de câte ori manifesti iubirea prin sentimentele, cuvintele sau acțiunile tale, tu amplifici vibrația ei sublimă în aura ta. Cu cât manifesti mai plenar această iubire, cu atât mai mare și mai puternic devine câmpul magnetic al aurei tale. Acesta atrage către sine toate vibrațiile pe care le manifestă; de aceea, cu cât iubirea ta este mai mare, cu atât mai amplă devine capacitatea ta de a atrage către tine lucrurile pe care le iubești. Puterea aurei poate deveni atât de mare încât materializarea realității dorite (și imaginate) poate deveni chiar instantanee! Atât de mare este puterea de care dispui! Aceasta este puterea fenomenală a forței iubirii!

*„Prin capacitatea ta de a gândi și de a simți,
tu poți controla întreaga creație.”*

Neville Goddard (1905 – 1972)

Autor aparținând curentului Noua Gândire

Doresc să-ți descriu o situație extrem de simplă care mi s-a întâmplat și care demonstrează cât de rapid poate acționa iubirea.

Îmi plac foarte mult florile. De aceea, încerc să am în fiecare dimineață flori proaspete în vaza mea, pentru că acestea mă fac fericită. De regulă le cumpăr de la piață, dar în ziua respectivă ploua, așa că piața era închisă. Nu am reacționat negativ la această situație, ci mi-am spus că de îndată ce vremea se va îmbunătăți și voi putea să îmi procur din nou flori, le voi aprecia cu atât mai mult. Altfel spus, am optat pentru a nu simți o stare de dezamăgire, ci de iubire și de apreciere. Drept urmare, mi-am umplut câmpul magnetic cu iubirea mea față de flori.

Peste doar două ore am primit prin curier un buchet uriaș de flori, mai frumos decât tot ce am văzut vreodată. Citind biletul atașat, am aflat că cea care mi-a trimis buchetul era sora mea, aflată în partea opusă a țării, în semn de mulțumire pentru un mic ajutor pe care i l-am acordat. Concluzia a fost că dacă iubești florile, circumstanțele exterioare trebuie să se schimbe pentru a se adapta la sentimentele tale!

Cred că ai înțeles de ce este atât de important să optezi întotdeauna pentru iubire. Ori de câte ori manifesti acest sentiment, tu îți amplifici iubirea din câmpul tău magnetic. Cu cât manifesti mai frecvent iubirea în viața ta de zi cu zi, cu atât mai mare devine puterea magnetică a iubirii din aura ta, care va atrage în viața ta tot ceea ce îți dorești.

Așa se explică magia vieții pline de iubire. În trecut, viața mea nu era deloc atât de magică cum este în prezent. Dimpotrivă, era plină de conflicte și de dificultăți. Din fericire, la un moment dat am descoperit un secret fantastic, pe care ți-l împărtășesc în paginile acestei cărți.

Nimic nu este prea mareț pentru forța iubirii. Ea nu cunoaște distanțele și obstacolele, iar timpul nu îi poate sta în cale. Prin strunirea acestei imense puteri a Universului, tu îți poți schimba viața așa cum dorești. În acest scop, tot ce trebuie să faci este să îți manifesti cât mai plenar iubirea!

Punctul creației

Poate că ți se pare că schimbările pe care le dorești în viața ta sunt foarte mărețe, dar această perspectivă este exagerată. Atunci când te gândești că o dorință este extrem de măreață, tu îi spui practic legii

atracției: „Schimbarea pe care mi-o doresc este atât de măreață încât va fi greu de realizat și probabil că va dura multă vreme.” Și, ca de obicei, vei avea dreptate, căci tu primești întotdeauna ceea ce gândești și ceea ce simți. Dacă ți se pare că dorința ta este extrem de măreață, tu o vei asocia automat cu dificultatea și cu o perioadă foarte lungă de realizare, de care vei avea într-adevăr parte. De aceea, amintește-ți că legea atracției nu cunoaște dimensiunile, iar timpul nu înseamnă nimic pentru ea.

Pentru a ajunge la o perspectivă mai corectă asupra procesului de creație, gândește-te la orice dorință a ta ca la un punct, indiferent de măreția pe care i-o atribui! Indiferent dacă îți dorești o casă, o mașină, o vacanță, bani, un partener perfect, o slujbă de vis sau copii, o stare de sănătate ideală, să treci un examen, să intri la o universitate de prestigiu, să depășești un record mondial, să devii președinte, actor, scriitor, profesor sau avocat de succes, gândește-te la dorința ta ca având mărimea unui punct, căci pentru forța iubirii ea este *chiar mai mică* decât atât!



„Îndoielile noastre ne trădeză și ne fac să pierdem toate lucrurile bune de care am putea avea parte.”

William Shakespeare (1564 – 1616)

Dramaturg englez

Dacă simți că îți pierzi încrederea, desenează un punct în centrul unui cerc mare și scrie lângă el numele dorinței tale. Privește apoi cât mai des această imagine, conștientizând faptul că dorința ta nu depășește mărimea unui punct pentru forța iubirii!

Cum poți schimba o situație negativă

Dacă în viața ta există o situație negativă pe care dorești să o schimbi, aplică același proces: oferă-ți iubirea imaginându-ți și simțind că dispui deja de ceea ce îți dorești. Reamintește-ți că orice sentiment negativ reprezintă o lipsă de iubire. De aceea, imaginează-ți situația opusă celei care îți provoacă acest sentiment negativ, pentru a-ți manifesta astfel iubirea! Spre exemplu, dacă ești bolnav și dorești să te însănătoșești, oferă-ți iubirea imaginându-ți cum te-ai simți într-un corp sănătos.

În cazul în care te folosești de Procesul Creator pentru a schimba o situație negativă, încearcă să înțelegi că nu trebuie să schimbi personal această situație în opusul ei. De cele mai multe ori, acest lucru pare aproape imposibil, sau cel puțin foarte dificil, și de altfel nu așa funcționează procesul creației. Acesta înseamnă să crezi ceva nou, care înlocuiește automat vechea creație. De aceea, nu te mai gândi la realitatea pe care dorești să o schimbi, ci bucură-te anticipat de noua ta realitate. Forța iubirii va face restul, atrăgând în mod natural către tine această nouă realitate.

De pildă, dacă un om este rănit și primește asistență medicală, dar starea sa de sănătate nu se îmbunătățește, înseamnă că el își imaginează și își simte mai degrabă rana actuală decât vindecarea ei. Cea mai bună modalitate de a inversa balanța constă în a-și imagina că s-a vindecat și în a se gândi *mai mult* la vindecare decât la boală. Simplul fapt că își poate imagina această vindecare arată că ea există deja în câmpul tuturor posibilităților. De aceea, el ar trebui să își impregneze câmpul magnetic personal cu tot felul de sentimente pozitive, referitoare la orice lucru care îl face să se simtă bine, pornind de la premisa că orice moment în care manifestă o stare de iubire (sau un sentiment pozitiv corespondent) îl conduce automat către vindecare.

„Dumnezeul tău sunt sentimentele tale.”

Chanakya (350 – 283 Î. Cr.)

Scriitor și politician indian

Indiferent dacă dorești să îți îmbunătățești starea de sănătate, situația financiară, relațiile sau orice alt domeniu din viața ta, procesul este întotdeauna același! Imaginează-ți ceea ce îți dorești. Simte iubire față de realitatea dorită. Imaginează-ți diferite scene și situații în care te-ai afla dacă dorința ta s-ar îndeplini. Fă acest lucru zilnic, până când ajungi să simți că te afli deja în realitatea dorită, la fel de sigur cum ești de numele pe care îl ai. De multe ori, îți vei putea îndeplini dorințele în doar o zi sau două aplicând acest proces. Alteori, îndeplinirea lor va dura mai mult timp. Nu contează însă. Vezi-ți de viață și continuă să îți cultivi iubirea în toate felurile cu putință, pornind de la premisa că *cu cât oferi mai multă iubire, cu atât mai rapid, îți vor fi îndeplinite dorințele.*

Odată ce ți-ai imaginat și ai simțit ceea ce îți dorești, tu te situezi practic într-o lume nouă, care include realitatea dorită de tine. De aceea, urmărește să nu intri în contradicție cu ea gândind sau vorbind despre lucruri rele din viața ta, căci în acest fel nu faci decât să îți imaginezi din nou scenarii negative, proiectându-te din nou în vechea ta lume. Atunci când îți imaginezi tot ce poate fi mai rău, tu atragi inevitabil această realitate în viața ta. Același lucru este valabil însă și atunci când îți imaginezi tot ce poate fi mai bun. Astfel, dacă te-ai rănit și dorești să te vindec, iar cineva te întreabă cum te simți, îi poți răspunde: *„Mă simt sută la sută bine, iar corpul meu reacționează la ceea ce simt”,* sau: *„Această rană a fost o binecuvântare, întrucât m-a ajutat să îmi apreciez mult mai mult decât până acum corpul și starea de sănătate.”* Dacă ești suficient de îndrăzneț, îi poți răspunde chiar: *„Mă vindec în timp ce îți vorbesc.”*

Este imposibil să vorbești despre ceva ce nu-ți place fără a te simți rău. Din păcate, oamenii s-au obișnuit într-o asemenea măsură să nu se simtă bine încât nici nu mai observă ce simt atunci când își imaginează sau vorbesc despre lucruri care nu le sunt pe plac. Dacă vei deveni mai conștient de ceea ce simți și dacă vei începe să îți cultivi anumite sentimente în defavoarea altora, vei ajunge într-un punct în care chiar și cea mai mică abatere de la o stare de spirit pozitivă ți se va părea insuportabilă. Te vei obișnui într-o asemenea măsură să te simți bine și vei fi atât de conștient de sentimentele tale

încât vei ajunge să sesizezi orice nuanță emoțională și vei face încontinuu eforturi pentru a-ți îmbunătăți această stare. Este absolut normal să te simți bine și să fii fericit în majoritatea timpului, căci destinul tău este de a duce o viață minunată, iar cultivarea sentimentelor pozitive este singura cale prin care te poți bucura de o astfel de viață.

„Sunt întotdeauna ferm hotărâtă să îmi păstrez buna dispoziție și fericirea, în orice situație m-aș afla, căci experiența m-a învățat că, în cea mai mare parte, fericirea sau suferința noastră depind de starea noastră de spirit, și nu de circumstanțele exterioare.”

Martha Washington (1731 – 1802)

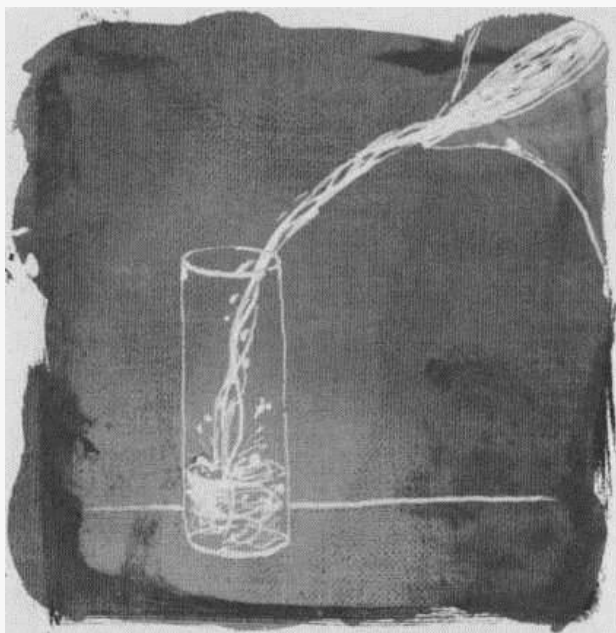
Primă Doamnă a Americii, soția lui George Washington, primul președinte al Statelor Unite

Cum poți scăpa de sentimentele negative

Tu poți schimba orice circumstanțe din viața ta prin schimbarea stării tale de spirit. Atunci când îți schimbi sentimentele față de un subiect sau față de o situație, acestea se modifică la rândul lor! Asta nu înseamnă că trebuie să îți elimini în forță sentimentele negative. Amintește-ți că acestea nu sunt altceva decât o absență a iubirii. De aceea, abordează aspectul pozitiv al problemei și cultivă iubirea! Altfel spus, nu încerca să scapi de tristețe sau de mânie; amintește-ți că acestea vor dispărea de la sine dacă îți vei cultiva starea de iubire. Aceasta are capacitatea de a alunga orice sentimente negative.

Nu există decât o singură forță a vieții, iar aceasta este iubirea. Nu există decât două posibilități: fie te simți bine pentru că ești plin de iubire, fie te simți rău deoarece îți lipsește iubirea. Toate sentimentele sunt gradații ale iubirii.

Gândește-te la iubire ca la un pahar cu apă. În cazul de față, paharul este corpul tău. Dacă paharul are foarte puțină apă, el este considerat gol. Tu nu poți umple paharul cu apă declarând război golului sau luptându-te cu el. Golul dispare de la sine atunci când umpli paharul cu apă. În mod similar, atunci când nutrești un sentiment negativ, ție îți lipsește iubirea. Dacă îți vei cultiva această stare de spirit, sentimentul negativ va dispărea de la sine.



Nu te opune sentimentelor negative

Există un echilibru perfect în viață, care include chiar și sentimentele negative. Fără acestea, noi nu am putea ști ce înseamnă să ne simțim bine, căci nu am avea cu ce să le comparăm. De aceea, nu am putea înțelege ce înseamnă cu adevărat fericirea, pasiunea și bucuria. Tristețea ne ajută să înțelegem imediat cât de bine este să fii fericit. Pe scurt, noi nu putem elimina pentru totdeauna sentimentele negative din viața noastră, întrucât ele fac parte integrantă din ea, iar fără ele nu am putea savura cu adevărat emoțiile noastre pozitive!

Atunci când te simți rău din cauza sentimentelor tale negative, tu le conferi acestora și mai multă putere. Starea ta de spirit nu numai că se va înrăutăți, dar tu vei începe să emani din ce în ce mai multă negativitate. Până acum ai înțeles, cred, că sentimentele negative nu pot atrage către tine viața pe care ți-o dorești. Această înțelegere te va ajuta să devii mult mai atent la ceea ce simți, astfel încât să nu mai cazi în capcana spiralei descendente a depresiei. Starea ta de spirit depinde numai de tine. De aceea, dacă simți că te paște o depresie, cea mai bună modalitate de a scăpa de ea este să îți cultivi starea de iubire!

*„Există în interiorul nostru o lume a gândurilor,
a sentimentelor și a puterii, a luminii și a frumuseții.
Deși este invizibilă pentru ochiul liber, forțele
care acționează în ea sunt atotputernice.”*

Charles Haanel (1866 – 1949)

Autor aparținând curentului Noua Gândire

Viața noastră ar trebui să fie amuzantă! Atunci când ne distrăm, noi ne simțim bine și viața ne răspunde acestei vibrații dăruindu-ne tot ce poate fi mai bun! Dacă luăm viața prea în serios, ea ne răspunde cu aceeași monedă, silindu-ne să o luăm și mai în serios. Noi avem putere asupra vieții noastre și ne putem folosi de această putere pentru a ne modela viața pe care ne-o dorim. În acest scop, primul lucru pe care trebuie să îl facem este să ne înseninăm și să nu mai luăm viața atât de în serios!

Personal, am ajuns să îmi imaginez sentimentele negative ca pe niște cai sălbatici. Astfel, există un cal al mâniei, unul al resentimentelor, unul al acuzațiilor, unul al stării de spirit morocănoase, unul al iritării etc. Împreună, ei alcătuiesc un întreg staul cu cai sălbatici. Astfel, ori de câte ori mă simt dezamăgită dintr-un motiv sau altul, mă întreb singură: „De ce te-ai urcat pe calul dezamăgirii? Dă-te jos de pe el chiar acum, căci nu-l vei putea controla și el te va conduce către o dezamăgire și *mai mare!* Nu cred că îți dorești acest lucru!” Această imagine metaforică mă ajută să înțeleg că dacă m-am urcat singură pe un cal sălbatic, la fel de bine mă pot da jos de pe el. Mai mult, mă ajută să înțeleg că eu nu sunt una cu sentimentele mele negative, la fel cum nici ceilalți oameni nu sunt. Aceste sentimente nu ne definesc, ci reprezintă stări efemere de spirit pe care le-am îngăduit în aura noastră. Dacă am urcat pe acești cai sălbatici, la fel de bine ne putem da jos de pe ei.

Această tehnică simplă de vizualizare a unui sentiment negativ ca pe un cal sălbatic pe care îl călărești te poate ajuta să îi tai sursa de putere! De pildă, dacă o persoană apropiată este ursuză, această imagine te poate ajuta să nu te lași afectat, ba chiar să te simți ușor amuzat imaginându-ți persoana respectivă călărind un cal nărvaș. Dacă lași iritarea persoanei să te afecteze, astfel încât devii tu însuși iritat, practic ajungi să călărești la rândul tău acest cal nărvaș.

*„Răspunde cu inteligență chiar și
celui mai stupid tratament.”*

Lao Tzu (sec. VI Î. Ch., aproximativ)

Fondatorul taoismului

La fel procedez cu toate lucrurile din viața mea pe care nu mi le doresc: mă folosesc de imaginație pentru a face haz de necaz, deconectând astfel aceste lucruri de la sursa lor de putere. De multe ori, imaginea călăritului pe un cal nărvaș (a mea sau a unei alte persoane) mă face să râd, iar când devii capabil să râzi de un sentiment negativ, asta chiar înseamnă ceva! Dimpotrivă, atunci când îi opui rezistență, puterea lui nu face decât să crească. Cu cât îi opui o rezistență mai mare, cu atât mai puternic devine el. Cu cât te opui mai mult vieții, cu atât mai puternic devine obstacolul cu care te confrunți, lucru valabil în toate domeniile. De aceea, nu te lupta inutil cu sentimentele negative dacă acestea te afectează. Dacă nu le vei opune rezistență, acestea își vor pierde puterea asupra ta.

AFIRMAȚII CARE EMANĂ PUTERE

- *Toți oamenii sunt înconjurați de un câmp magnetic. Acesta îi însoțește oriunde s-ar duce.*

- *Toate evenimentele și circumstanțele prin care treci sunt atrase în viața ta de acest câmp magnetic. El este pozitiv sau negativ în funcție de sentimentele tale.*

- *Ori de câte ori oferi iubire prin emoțiile, cuvintele sau acțiunile tale, tu amplifici vibrația iubirii în câmpul tău magnetic (în aura ta).*

- *Cu cât câmpul tău magnetic este impregnat cu mai multă iubire, cu atât mai mare devine puterea ta de a atrage lucrurile pe care ți le dorești.*

- *Imaginează-ți dorințele tale ca fiind de mărimea unui punct! Forța iubirii este atât de mare încât nicio dorință personală nu i se pare acesteia mai mare decât un simplu punct!*

- *Nu încerca să transformi un sentiment negativ într-unul pozitiv (sau o situație negativă într-una pozitivă). Oferă-ți iubirea lucrurilor pe care le dorești și creează-ți astfel realitatea dorită, care o va înlocui automat pe cea nedorită!*

- *Petrece zilnic câteva minute imaginându-ți și simțind că dispui de tot ceea ce îți dorești. Fă acest lucru până când ajungi să simți că ai devenit una cu realitatea dorită, identificându-te cu ea așa cum te identifici cu numele tău.*

- *În viață nu există decât o singură forță pozitivă, iar această forță este iubirea. Există doar două posibilități: fie te simți bine pentru că ești plin de iubire, fie te simți rău pentru că îți lipsește iubirea. Toate sentimentele tale sunt gradații ale iubirii.*

- *Pentru a mai scăpa de povara sentimentelor negative, imaginează-ți că acestea sunt niște cai sălbatici pe care îi călărești. De vreme ce te-ai urcat pe ei, la fel de bine te poți da jos! Optează pentru a te da jos de pe un asemenea cal la fel de rapid cum te-ai urcat pe el.*

- *Modifică ceea ce oferi, iar viața va modifica la rândul ei ceea ce îți oferă. Această lege este imuabilă și nu are nicio excepție. Numele ei este legea atracției. Mai este cunoscută și sub numele de legea iubirii.*

VIAȚA TE URMEAZĂ...

*Destinul nu are nimic de-a face cu norocul,
ci cu alegerea personală.”*

William Jennings Bryan (1860 – 1925)

Lider politic american

Viața te urmează. Toate experiențele din viața ta sunt rezultatul gândurilor și sentimentelor pe care le-ai emis, indiferent dacă ești conștient sau nu de acest lucru. Viața nu ți se întâmplă pur și simplu... ci te urmează. Destinul tău se află în mâinile tale. El depinde în totalitate de gândurile și de sentimentele tale.

Viața îți oferă tot ce îți oferă cu unicul scop de a te decide ce anume *îți place!* Ea este un catalog și tu ești cel care comandă articolele preferate din acesta! Problema este dacă alegi cu adevărat articolele care îți plac, sau doar te limitezi să le critici pe cele care nu îți plac... Dacă nu ești mulțumit de viața pe care o duci, înseamnă că până acum te-ai ocupat cu criticarea lucrurilor care nu îți sunt pe plac. Din acest motiv, ai uitat să te mai focalizezi asupra adevăratelor scopuri pe care ți-ai dori să le urmărești. De fapt, singurul scop al vieții este iubirea, bucuria și alegerea lucrurilor care îți plac, evitându-le pe celelalte.

Alege ceea ce îți place

Dacă vezi mașina viselor tale mergând pe stradă, înseamnă că viața îți prezintă această mașină! Totul depinde de ceea ce simți atunci când o vezi. Dacă optezi pentru a nu simți altceva decât iubire față de ea, tu o atragi inevitabil către tine. În schimb, dacă simți o stare de invidie pentru că altcineva conduce mașina viselor tale, tu te îndepărtezi singur de posibilitatea de a avea cândva o astfel de mașină. Viața ți-a prezentat-o pentru ca tu să poți opta. Alegerea unui articol din catalogul vieții se face prin iubire. Așadar, nu contează dacă altcineva are un lucru pe care ți-l dorești, dar nu îl ai. Viața îți prezintă articolele sale, iar dacă vei simți o stare de iubire pentru ele, le vei atrage automat în viața ta.

Dacă vezi un cuplu îndrăgostit, iar tu nu ai un partener în viața ta, ai din nou de ales. Dacă te simți singur și trist la vederea cuplului îndrăgostit, tu emani o vibrație negativă. Este ca și cum i-ai spune Universului: „Îmi doresc să fiu singur și trist”. Dacă vrei să obții lucrurile pe care ți le dorești, trebuie să emiți o vibrație de iubire. În mod similar, dacă ești supraponderal și vezi pe stradă o persoană cu un corp superb, este ca și cum viața ți-ar prezenta o nouă posibilitate. Optezi pentru ea, bucurându-te sincer de imaginea văzută, sau preferi să îți păstrezi corpul supraponderal, gândindu-te cu iritare la el? Dacă te lupți cu o boală și ești înconjurat de oameni sănătoși, ai din nou de ales. Viața îți prezintă acești oameni pentru ca tu să poți alege starea de sănătate. Dacă vei simți o stare de iubire pentru sănătatea oamenilor care te înconjoară, într-o măsură mai mare decât tristețea sau durerea cauzată de boala ta, tu vei atrage în viața ta vindecarea.

Ori de câte ori te simți bine văzând lucrurile bune din viața altor persoane, tu le atragi automat în viața ta. Dacă te simți bine văzând succesul de care se bucură altcineva, fericirea sa sau orice alt lucru bun din viața sa, tu alegi practic aceste articole din catalogul vieții și le atragi în viața ta.

În cazul în care cunoști o persoană care dispune de calități pe care ți-ai dori să le ai chiar tu, privește-o cu simpatie și vei atrage aceste calități. Dacă întâlnești o persoană inteligentă, frumoasă sau talentată, iubește aceste calități, iar viața ți le va oferi!

Dacă dorești să ai copii, dar nu ai reușit acest lucru până acum, oferă-ți iubirea și simte-te bine ori de câte ori vezi părinți însoțiți de copiii lor! Dacă te simți deprimat văzând alți părinți însoțiți de copii, nu faci decât să respingi posibilitatea de a deveni vreodată părinte. Ori de câte ori vezi un părinte însoțit de copiii săi, cea care îți prezintă această imagine este viața, pentru a o putea alege pentru tine, dacă dorești acest lucru.

Dacă joci un sport și echipa adversă câștigă, dacă un coleg de muncă îți spune că tocmai a primit o creștere de salariu, dacă cineva câștigă la loterie, dacă o prietenă îți spune că soțul ei tocmai i-a lăsat un cadou minunat, surprinzând-o, sau că se mută într-o casă nouă, sau că fiul ei a câștigat o bursă, bucură-te la fel de mult cum se

bucură ei, ca și cum aceste lucruri ți s-ar fi întâmplat ție. Procedând în acest fel, tu spui practic da acestor lucruri, le încarci cu iubire și le atragi astfel în viața ta!

Dacă vezi o mașină de vis, un cuplu fericit, un corp ideal, copii, oameni de caracter sau orice altceva ți-ai dori, înseamnă că te afli pe frecvența de vibrație a acestor lucruri! De aceea, bucură-te și umple-te de entuziasm, căci asta înseamnă că le alegi pentru tine.



Viața îți prezintă în permanență articolele sale pentru ca tu să le poți alege pe cele pe care le preferi și să te poți decide pe care dintre ele nu le dorești. Singura modalitate de a le atrage în viața ta pe cele preferate este iubirea. Catalogul vieții conține multe articole pe care nu ți le dorești. Nu le răspunde însă prin negativitate, căci în acest caz viața îți va răspunde cu aceeași monedă. Nu-i judeca pe ceilalți oameni și nu îi considera răi, căci în acest fel nu faci decât să emiți o vibrație negativă, atrăgând-o astfel din ce în ce mai mult în viața ta. Nu fi invidios pe altcineva pentru că are mai mult decât tine, căci invidia este un sentiment negativ, și în acest fel nu vei atrage în viața ta lucrurile pe care le iubești. Iubirea este singura forță care le poate atrage către tine!

*„În viața celor care iubesc apare un miracol:
cu cât dăruiesc mai mult, cu atât mai mult primesc.”*

Rainer Maria Rilke (1875 – 1926)

Autor și poet

Legea lui Unu – tu!

Există o formulă simplă pentru a te folosi de legea atracției în orice situație sau circumstanțe te-ai afla. Din punctul ei de vedere nu contează decât o singură persoană: tu! În ceea ce privește viața ta, nu contează nimic din ceea ce cred, ce gândesc și ce simt ceilalți față de tine. Nu contează decât ceea ce crezi, ce gândești și ce simți tu, căci legea atracției răspunde exclusiv la sentimentele *tale!* Din punctul ei de vedere, nu contează decât vibrațiile pe care le emani *tu*. De bună seamă, la fel acționează ea și în cazul celorlalte persoane. De fapt, legea atracției este legea lui *tu*. Pentru ea nu ești decât tu; altcineva nu mai există. Celelalte persoane din viața ta sunt reflecții ale tale și sunt una cu tine. Ele nu ar fi putut apărea în viața ta dacă nu le-ai fi atras către tine prin vibrații similare cu cele pe care le emit.

De aceea, tot ceea ce simți pentru altcineva, tot ceea ce gândești sau spui despre el, tot ceea ce îi faci – de fapt îți faci ție. Dacă îl critici (dacă îl judeci sau dacă îl acuzi de ceva), de fapt te critici (te judeci sau te acuzi) singur, așa că vei sfârși prin a fi criticat (judecat sau acuzat). Invers, dacă îl iubești și dacă îl apreciezi, tu te iubești și te apreciezi singur, așa că vei sfârși prin a fi iubit și apreciat. Pentru legea atracției nu ești decât tu, așa că nu contează dacă altcineva are un lucru pe care ți-l dorești, căci atât timp cât iubești acest lucru tu îl incluzi practic în viața *ta!* Cât despre lucrurile care nu îți plac, întoarce-le spatele fără a le critica, și astfel nu le vei include în viața ta.

Pentru legea atracției nu există decât un singur răspuns: da

Privește cu indiferență lucrurile care nu îți sunt pe plac și nu le oferi niciun sentiment personal. Nu spune nu acestor lucruri, căci în acest fel nu vei face decât să le atragi către tine. Atunci când spui nu

lucrurilor care nu îți sunt pe plac, atunci când le respingi, tu emiți o vibrație emoțională negativă, iar legea atracției va răspunde acestei vibrații atrăgând în viața ta persoane, circumstanțe și evenimente care o vor amplifica.

„Nu privi răul. Nu asculta răul. Nu vorbi de rău.”

Aforism ce apare pe altarul Toshogu din Japonia
(sec. XVII)

Atunci când spui: „Nu, nu îmi doresc acest lucru”, legea atracției aude altceva: „Da, îmi doresc acest lucru”. Dacă spui: „Traficul este groaznic”, „Serviciile oferite aici sunt sub orice critică”, „Cutare întârzie întotdeauna”, „Este un zgomot insuportabil în acest loc”, „Șoferul acela este nebun”, „Sunt ținut prea mult pe linia de așteptare la telefon” etc., tu spui practic nu acestor lucruri, așa că le incluzi automat în viața ta.

Întoarce spatele lucrurilor care nu îți sunt pe plac și nu le încărca cu sentimentele tale. Gândește-te că au rostul lor, dar nu au niciun loc în viața ta.

În schimb, spune cu hotărâre *da* atunci când vezi ceva care îți place, atunci când auzi, când guști, când miroși sau când atingi ceva ce îți place. Nu contează dacă respectivul lucru îți aparține sau nu. Spune-i pur și simplu da, căci oferindu-i iubirea ta, tu îl incluzi și îl atragi inevitabil în viața ta.

Așa cum spuneam, legea atracției nu cunoaște limite. Totul este posibil pentru ea, atât timp cât îți dorești cu adevărat ceva. În Univers nu există lipsuri. Oamenii percep aceste lipsuri numai datorită faptului că nu își cultivă iubirea. Resursele de sănătate, bani și fericire ale Universului sunt nelimitate. Oferta este însă egală cu cererea. Dăruiește iubire și viața ți-o va oferi la rândul ei!

Viața ta – Povestea ta

Tu ești cel care își creează singur propria poveste de viață. În ce constă această poveste? Ești convins cumva că există lucruri pe care le poți face și altele pe care nu le poți face? Dacă da, află că greșești.

Nu asculta când cineva îți spune că însemni mai puțin decât altcineva, că ești limitat în vreun fel, că nu poți face ceea ce îți place cel mai mult pe lume, câștigându-ți astfel traiul, că nu ești la fel de valoros și de important cum e cea mai mare personalitate care a trăit vreodată pe această planetă, că nu ești suficient de bun chiar acum și că trebuie să îți demonstrezi valoarea, că nu poți deveni, face sau avea tot ceea ce îți place. În cazul în care crezi toate aceste lucruri, tu te limitezi practic singur. Drama este că niciuna din aceste afirmații nu este adevărată! Nu există nimic prea bun pentru tine și nicio situație nu este prea frumoasă pentru a fi adevărată.

Forța iubirii afirmă că: „Tu primești exact ceea ce oferi”. Ea nu spune că există lucruri pe care le meriți și altele pe care nu le meriți. Atât timp cât iubești ceea ce dorești să devii, să faci sau să ai, ea îți oferă toate aceste lucruri. Legea atracției nu spune că nu ești suficient de bun sau că nu meriți anumite lucruri. Așa cum ești, tu meriți chiar și cele mai bune lucruri pe care le are de oferit ea. *Ești* suficient de bun chiar acum. Chiar dacă ai făcut anumite lucruri pe care nu le consideri corecte, încearcă să înțelegi că *realizarea* și *acceptarea* lor echivalează cu mântuirea ta din perspectiva legii atracției.

Lumea reală

*„La început nu au existat decât probabilități.
Universul nu ar fi putut deveni manifest
dacă nu ar fi existat cineva care să îl observe.
Nu contează că aceste ființe au apărut
câteva miliarde de ani mai târziu.
Universul există numai pentru că
noi suntem conștienți de el.”*
Martin Rees (N.1942)
Astrofizician

Aș dori să facem împreună o călătorie în culisele lumii vizibile, căci nu tot ceea ce vedem cu ochii este atât de real cum pare. O aventură în lumea invizibilă îți va schimba pentru totdeauna felul în care privești această lume, eliberându-te de prejudecăți și ajutându-te astfel să beneficiezi de o viață practic nelimitată.

Multe din convingerile tale legate de lumea reală nu sunt deloc adevărate. Tu însuși ești mult mai mult decât îți dai seama. La fel, viața și Universul sunt cu totul altceva decât ceea ce crezi tu despre ele. Poate crezi că această lume conține o cantitate limitată de obiecte, de bani, de sănătate și de resurse. Ei bine, acest lucru nu este adevărat. În Univers nu există lipsuri și sărăcie. Fizica cuantică afirmă clar că există o infinitate de Universuri, inclusiv de planete Pământ. În fiecare fracțiune de secundă noi ne deplasăm între aceste realități, trecând de pe un Pământ pe altul și dintr-un Univers în altul. Așa arată lumea reală descoperită de știința cea mai avansată.

„Atât timp cât trăim în acest Univers, noi suntem acordați pe frecvența de vibrație care corespunde realității fizice, dar există un număr infinit de realități paralele care coexistă împreună cu noi în aceeași cameră. Noi nu ne putem racorda la ele, deoarece nu existăm pe frecvența lor de vibrație.”

Steven Weinberg (N. 1933)

Fizician cuantic, laureat al premiului Nobel

În cazul în care crezi că în lumea reală există o lipsă de timp, pentru că viața nu îți permite să faci tot ceea ce îți dorești, află că marele savant Albert Einstein a afirmat sus și tare că timpul este o iluzie.

„Distincția dintre trecut, prezent și viitor nu este decât o iluzie de care ne cramponăm cu perseverență și cu încăpățănare.”

Albert Einstein (1879 – 1955)

Fizician, laureat al premiului Nobel

Poate crezi că lumea reală este alcătuită din ființe vii și din obiecte moarte. În realitate, tot ce există în acest Univers este viu și *nimic* nu este mort. Stelele, soarele, planetele, pământul, aerul, apa, focul și fiecare obiect pe care îl percepi cu ochii debordează de viață. Așa arată lumea reală descoperită în ultima vreme de oamenii de știință.

„Copacul are un simț care îți percepe iubirea și răspunde la ea. Ce-i drept, el nu reacționează și nu își arată plăcerea la fel ca noi sau într-o manieră pe care noi să o putem înțelege.”

Prentice Mulford (1834 – 1891)

Autor aparținând curentului Noua Gândire

Poate crezi că lumea reală este doar ceea ce vezi cu ochii și că ceea ce nu vezi este ireal. Și totuși, culoarea pe care o vezi atunci când privești un obiect nu este culoarea sa reală. Orice obiect absoarbe toate culorile sale și le reflectă doar pe cele pe care nu le are, iar acestea sunt culorile pe care le vedem noi. De pildă, cerul are orice altă culoare în afară de albastru!

Există numeroase sunete pe care nu le poți auzi deoarece frecvențele lor de vibrație nu intră în gama celor pe care le percep urechile tale, dar care sunt cât se poate de reale. În mod similar, tu nu poți vedea culorile ultraviolet sau infraroșu, deoarece frecvențele lor nu intră în gama de percepție a ochilor tăi, dar aceste culori sunt cât se poate de reale. Dacă ne-am imagina totalitatea frecvențelor luminii ca fiind de mărimea muntelui Everest, cele pe care le percepem noi nu ar depăși mărimea unei mingi de golf!

Poate crezi că lumea reală este alcătuită exclusiv din obiectele solide pe care le poți vedea și atinge. În realitate nu există însă nimic solid! Scaunul pe care stai așezat chiar acum este o energie aflată în mișcare și este alcătuit în cea mai mare parte din spațiu gol. Deci, cât de real este acest scaun?

*„Un om înțelept recunoaște faptul că această lume
nu este decât o simplă iluzie. De aceea,
el nu acționează ca și cum aceasta ar fi reală,
și astfel se eliberează de suferință.”*

Gautama Budda (563 – 483 Î. Ch.)

Fondatorul budismului

Poate crezi că imaginația ta nu înseamnă altceva decât un simplu proces mental, o modalitate de a visa care nu are nicio putere asupra lumii reale. Cu toate acestea, pentru a-și testa ipotezele oamenii de știință sunt nevoiți să aibă grijă ca gândurile și convingerile lor să nu influențeze rezultatele experimentelor lor, întrucât sunt conștienți că imaginile și convingerile mentale *influențează* rezultatele acestor experimente. Atât de mare este puterea imaginației și a convingerilor umane! Așa cum convingerile oamenilor de știință influențează rezultatele experimentelor lor, la fel, convingerile tale îți influențează viața.

Lumea noastră subiectivă este alcătuită din convingerile noastre, indiferent dacă acestea sunt adevărate sau nu. Viața noastră este creată de ceea ce noi ne imaginăm și *simțim* ca fiind adevărat. Legea atracției percepe aceste imagini și aceste vibrații, iar apoi ni le returnează sub forma persoanelor, circumstanțelor și evenimentelor din viața noastră. Din acest punct de vedere, imaginația noastră este chiar mai reală decât lumea pe care o percepem în jurul nostru, întrucât aceasta din urmă rezultă din ceea ce credem și simțim noi ca fiind adevărat. În cazul în care crezi că duci deja viața la care visezi, legea atracției îți respectă convingerea și o transformă în realitate.

*„Nu putem vorbi de credință atunci când credem
în lucrurile pe care le putem vedea și atinge.
Adevărata credință care reprezintă o binecuvântare
și un triumf este aceea în lucrurile invizibile.”*
Abraham Lincoln (1809 – 1865)
Cel de-al 16-lea președinte al Statelor Unite

Din păcate, de-a lungul mileniilor oamenii și-au transmis unii altora o poveste a limitărilor personale. Aceasta s-a perpetuat de la o generație la alta, dar a sosit acum timpul să spunem adevărata noastră poveste.

Adevărata poveste

Adevărata poveste spune că noi suntem ființe nelimitate, ca și Universul din care facem parte. Există lumi și posibilități pe care nu le putem vedea, dar care sunt cât se poate de reale. Așadar, începe să îți spui o poveste de viață diferită de cea actuală! Începe să îți spui povestea unei vieți extraordinare. Amintește-ți că orice poveste ți-ai spune, legea atracției o transformă în realitate, și astfel va arăta viața ta.

Imaginează-ți și *simte* tot ceea ce îți dorești, iar viața va reflecta convingerile tale. Oferă cât mai multă iubire și simte-te cât mai bine, iar forța iubirii va atrage în viața ta oameni, circumstanțe și evenimente care îți vor fi pe plac. Tu poți deveni, poți face și poți avea orice îți dorești.

Așadar, ce anume îți place? Ce anume îți dorești?

Eliberează-te de elementele care nu îți sunt pe plac din povestea vieții tale și nu păstra în ea decât elementele pe care le iubești. Atât timp cât te cramponezi de amintirile dureroase din trecutul tău, tu le păstrezi în povestea vieții tale, iar ele continuă să reverbereze în viața ta actuală, întristându-te.



Eliberează-te de amintirile urâte din copilăria ta și nu le păstra decât pe cele pe care le iubești. Procedează la fel cu anii adolescenței și cu cei ai tinereții și ai vieții de adult. Triază-ți trecutul și nu păstra decât amintirile frumoase din acesta. Gândește-te că amintirile urâte au dispărut pentru totdeauna din viața ta. Tu nu mai ești acum aceeași persoană care ai fost cândva. În acest caz, ce rost mai are să reiterezi la infinit aceleași amintiri neplăcute, de vreme ce acestea te fac să te simți prost? Nimeni nu te obligă să faci acest lucru. De aceea, scoate-le o dată pentru totdeauna din povestea vieții tale.

*„Există o forță atotputernică, eternă și
incomprehensibilă care ne împinge să mergem înainte.
Din păcate, foarte mulți oameni ezită să avanseze
și privesc cu nostalgie înapoi. În acest fel,
ei se opun într-o manieră inconștientă acestei forțe.”*
Prentice Mulford (1834 – 1891)
Autor aparținând curentului Noua Gândire

Dacă îți repeți în permanență o poveste în care te simți victima unor circumstanțe nefericite, tu re trăiești la infinit aceste circumstanțe. Dacă îți repeți încontinuu că ești la fel de inteligent, de atrăgător sau de talentat ca alți oameni, viața ta va reflecta întru totul aceste imagini, dându-ți astfel în permanență dreptate.

Pe de altă parte, dacă îți vei umple povestea vieții cu iubire, vei constata că vinovăția, resentimentele și celelalte sentimente negative vor dispărea de la sine din ea. Vei ajunge astfel să îți spui cea mai frumoasă poveste de viață relatată vreodată, iar forța iubirii îi va da viață, transformând-o într-o viață *reală* minunată.

„Iubirea este cea mai mare putere de pe pământ.

Ea poate învinge orice.”

Pelerinul Păcii (1908 – 1981)

născută sub numele de Mildred Lisette Norman

Activistă pentru pace

AFIRMAȚII CARE EMANĂ PUTERE

- *Viața îți prezintă diferite circumstanțe pentru ca tu să le poți alege pe cele care îți plac!*
- *Dacă altcineva are ceva ce îți dorești, urmărește să simți același entuziasm pe care l-ai simți dacă ai avea tu însuți obiectul sau calitatea respectivă. În acest fel, vei atrage către tine tot ceea ce îți dorești.*
- *Ori de câte ori vezi ceva ce îți place, tu te situezi pe frecvența obiectului (persoanei, evenimentului) respectiv.*
- *Catalogul vieții conține inclusiv lucruri pe care nu ți le dorești. Nu opta pentru ele prin sentimentele tale negative.*
- *Întoarce spatele lucrurilor care nu îți sunt pe plac și nu le încărca cu sentimentele tale. În schimb, spune un da hotărât lucrurilor care îți sunt pe plac.*
- *Legea atracției răspunde la sentimentele tale! Pentru ea, nu contează decât ceea ce oferi. Legea atracției este legea lui tu.*
- *Ori de câte ori judeci, acuzi sau critici pe cineva, tu te judeci, te acuzi și te critici practic singur. Invers, ori de câte ori iubești sau apreciezi ceva sau pe cineva, tu te iubești și te apreciezi singur.*
- *Singurul lucru care le lipsește oamenilor este iubirea.*
- *Tu ești suficient de bun chiar acum. Dacă ai făcut vreodată ceva incorect, simpla realizare și acceptare a acestui lucru echivalează cu mântuirea ta din perspectiva legii atracției.*
- *Lumea ta este creată de convingerile tale, indiferent dacă acestea sunt bune sau rele.*
- *Imaginația ta este mai reală decât lumea pe care o percepi cu simțurile fizice, căci lumea vizibilă este creată de imaginația și de convingerile tale! Ceea ce crezi și ce simți că este adevărat tinde să devină însăși viața ta.*
- *Povestea pe care ți-o spui devine însăși viața ta, indiferent dacă este o poveste frumoasă sau urâtă. De aceea, începe să îți spui povestea unei vieți minunate, iar legea atracției o va transforma în realitate.*

CHEILE PUTERII

*„Cele mai valoroase și mai prețioase posesiuni ale tale
și cele mai mari puteri ale tale sunt cele invizibile
și intangibile. De aceea, nimeni nu îți poate lua vreodată
aceste posesiuni sau aceste puteri. Tu ești singurul
care le poate oferi și fiecare astfel de dar
îți va aduce o abundență infinită.”*

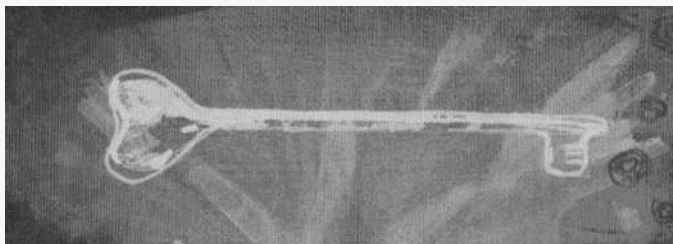
W. Clement Stone (1902 – 2002)

Autor și om de afaceri

Cheile Puterii reprezintă cele mai eficiente modalități de a struni forța iubirii și de a avea parte de viața pe care o meriți. Ele sunt atât de simple și de ușoare încât până și un copil le poate pune în practică. Fiecare dintre ele dezlănțuie imensa putere care există în tine.

Cheia Iubirii

Dacă dorești să transformi iubirea în puterea supremă din viața ta, trebuie să înveți să iubești așa cum nu ai mai făcut-o vreodată. Îndrăgostește-te de viață! Oricât de mult ai iubit în viața ta, dublează acest sentiment, apoi multiplică-l de zece ori, de o sută de ori, de o mie de ori și de un milion de ori, căci acesta este nivelul de iubire pe care ești capabil să îl atingi! De fapt, nu există limită a iubirii pe care o poți simți și care sălășluiește deja înlăuntrul tău! Tu ești alcătuit în totalitate din iubire. Aceasta este însăși esența ta, însăși natura și urzeala vieții și a Universului. De aceea, pornește de la premisa că tu poți iubi infinit mai mult decât ai făcut-o până acum sau decât ți-ai imaginat vreodată că poți.



Atunci când te simți îndrăgostit de viață, orice limitare dispare. Tu nu te mai simți limitat în nicio privință, nici în cea a posibilităților tale financiare, nici în cea a relațiilor personale, nici în cea a fericirii sau a sănătății. Atunci când te simți îndrăgostit de viață tu nu mai opui nicio rezistență și tot ceea ce iubești are tendința să se manifeste instantaneu în viața ta. Dacă intri într-o cameră, ceilalți oameni îți vor simți imediat prezența. Oportunitățile îți vor ieși singure în cale, și orice atingere a ta va fi o binecuvântare și va avea posibilitatea să dizolve negativitatea. Te vei simți astfel mai bine decât ți-ai imaginat vreodată că este posibil să te simți. Te vei simți plin de energie, de entuziasm și de poftă de viață. Te vei simți ușor ca o pană, ca și cum ai pluti prin aer, și tot ceea ce îți dorești îți va fi așternut pur și simplu la picioare. Simte-te îndrăgostit de viață! Descătușează astfel puterea dinlăuntrul tău și vei deveni astfel nelimitat și invincibil!

„Chiar și după tot acest timp, Soarele nu îi spune niciodată Pământului: «Îmi ești dator.» Privește ce se întâmplă cu o astfel de iubire. Ea iluminează întregul cer.”

Hāfez (1315 – 1390)

Poet sufit persan

Cum te poți îndrăgosti însă de viață? Simplu: la fel cum te îndrăgostești de un om – ajungi să adori *tot* ce este legat de el! Atunci când ești îndrăgostit de o altă persoană, nu mai percepi decât iubirea, nu mai auzi și nu mai rostești decât cuvinte de iubire, și nu mai *simți* altceva decât iubire! Exact așa trebuie folosită puterea supremă a iubirii pentru a te îndrăgosti de viață.

Orice faci și oriunde te afli în timpul zilei, caută numai lucrurile care îți plac. Caută din priviri tehnologia și invențiile care îți plac, clădirile, mașinile și drumurile care îți plac, cafenelele și restaurantele care îți plac, magazinele care îți plac. Plimbă-te pe stradă sau printr-un magazin cu intenția expresă de a căuta și de a privi numai acele lucruri care îți plac. Caută lucrurile care îți plac la alți oameni. Privește natura și caută lucrurile care îți plac la ea: păsările, copacii, florile, miresmele și culorile care îți înnebunesc simțurile, făcându-te fericit. Nu mai privi decât ceea ce îți place. Nu mai asculta decât ceea ce îți place. Nu mai vorbi decât despre lucrurile care îți plac.

*„Știind, că lucrezi cu o forță care nu a dat greș niciodată,
poți merge liniștit înainte, conștient că ea
nu va da greș nici în cazul tău.”*

Robert Collier (1885 – 1950)

Autor aparținând curentului Noua Gândire

Gândește-te numai la ceea ce îți place. Vorbește numai despre ceea ce îți place. Fă numai ceea ce îți place. Atunci când procedezi în acest fel, ceea ce simți este iubire.

Vorbește despre lucrurile care îți plac la casa ta, la familia ta, la consoarta ta și la copiii tăi. Vorbește despre lucrurile care îți plac la prietenii tăi. Nu te sfii să le spui acestora ce îți place la ei. Vorbește despre tot ce îți place să atingi, să miroși, să guști, să vezi și să asculți.

Spune-i zilnic legii atracției tot ce îți place, focalizându-te asupra lucrurilor pe care le iubești. Gândește-te câtă iubire poți emana într-o singură zi atunci când te focalizezi asupra lucrurilor care îți plac. Când mergi pe stradă, privește lucrurile care îți plac la ceilalți oameni. Când te afli într-un magazin, caută numai articolele care îți plac. Spune: „Îmi place acest costum”, „Îmi plac acești pantofi”, „Îmi place culoarea ochilor acelei persoane”, „Îmi place părul acelei femei”, „Îmi place zâmbetul acelui bărbat”, „Îmi plac aceste produse cosmetice”, „Îmi place acest miros”, „Îmi place acest magazin”, „Îmi plac această masă, acest scaun, această lampă, acest covor, această combina muzicală, această haină, aceste mănuși, această cravată, această pălărie sau aceste bijuterii”, „Îmi place mirosul verii”, „Îmi plac copacii toamna”, „Îmi plac florile primăvara”, „Îmi place această stradă”, „Îmi place acest oraș.”

Caută lucrurile care îți plac în orice situație, în orice circumstanță și la orice persoană, și *simte* aceste lucruri. „Îmi place să primesc astfel de telefoane.” „Îmi place să primesc astfel de email-uri.” „Îmi place să primesc astfel de vești bune.” „Îmi place acest cântec.” „Îmi place să îi văd pe oameni fericiți.” „Îmi place să râd cu ceilalți oameni.” „Îmi place să conduc mașina în timp ce ascult muzică.” „Îmi place să mă relaxez în autobuz sau în metrou.” „Îmi plac festivalurile din orașul meu.” „Îmi plac sărbătorile.” „Iubesc viața.” Caută întotdeauna aspectele care îți plac, indiferent de subiect, și simte iubirea cea mai profundă în inima ta.

Dacă nu te simți bine într-o anumită situație și dorești să îți schimbi starea de spirit sau dacă dorești să îți ridici nivelul de vibrație personală, fă o pauză de un minut sau două și amintește-ți cât mai multe lucruri care îți plac la nebunie. Poți face acest lucru în timp ce te îmbraci ca să pleci la serviciu dimineata, atunci când mergi pe stradă, când te plimbi, când conduci mașina sau când călătorești undeva. Metoda este extrem de simplă, dar efectele ei asupra vieții tale te vor uimi.

Fă o listă scrisă cu tot ceea ce îți place și actualizeaz-o la începutul fiecărei luni, iar mai târziu o dată la trei luni. Include în ea toate locurile care îți plac la nebunie, orașele, țările, oamenii pe care îi iubești, culorile pe care le preferi, stilurile de orice fel care îți plac, calitățile umane preferate, companiile pe care le îndrăgești, serviciile preferate, sporturile și sportivii care îți plac, muzica îndrăgită, animalele, florile, plantele și copacii care îți plac. Enumeră în ea toate obiectele materiale care îți plac, inclusiv hainele tale preferate, casele, piesele de mobilier, cărțile, revistele, ziarele, mașinile, aparatura casnică și alimentele pe care le iubești. Gândește-te la tot ce îți place să faci și include aceste activități în listă (de pildă: dansul, un anumit sport, vizitarea galeriilor artistice, mersul la concerte, la petreceri, la film, în vacanță și la restaurantele preferate, cumpărăturile).

*„Pentru cel care a pătruns în regatul iubirii,
lumea devine frumoasă și bogată, oricât de imperfectă ar fi ea,
umplându-se dintr-odată cu noi oportunități de a iubi.”*

Søren Aabye Kierkegaard (1813 – 1855)

Filozof

Sarcina ta este să iubești cât mai mult în fiecare zi. Dacă ești capabil să iubești astăzi tot ce îți iese în cale, dacă vei căuta numai lucrurile care îți plac și dacă te vei dăruia în totalitate sentimentului iubirii, întorcând în același timp spatele lucrurilor care nu îți sunt pe plac, ziua de mâine îți va aduce și mai multe motive de bucurie și de plăcere. Vei intra astfel într-o spirală ascendentă a iubirii și a fericirii.

„Iubirea este principala cheie care deschide porțile fericirii.”

Oliver Wendell Holmes, Sr. (1809 – 1894)

Decanul Facultății de Medicină din cadrul Universității Harvard

Iubirea înseamnă să rămâi conștient

Dacă dorești să simți iubirea tuturor lucrurilor care te înconjoară, este necesar să rămâi conștient și deschis în fața realității din jurul tău. În caz contrar, poți rata foarte multe lucruri pe care le-ai putea iubi. Acestea nu îți vor sări în ochi decât dacă vei rămâne lucid și dacă le vei căuta în mod conștient. De pildă, trebuie să îți ții ochii deschiși (în mod conștient) pentru a vedea toate lucrurile care te pot ferma. Trebuie să îți ții urechile deschise (în mod conștient) pentru a auzi toate sunetele care te pot vrăji. Trebuie să îți menții toate simțurile în mod deliberat treze pentru a simți mirosurile florilor pe lângă care treci, savoarea alimentelor pe care le bagi în gură și plenitudinea aromelor lor. Dacă te plimbi pe stradă și îți asculți doar propriile gânduri, vei rata toate aceste experiențe. Din păcate, așa procedează marea majoritate a oamenilor. Ei se autohipnotizează singuri prin ascultarea gândurilor din mintea lor. Ei intră într-un fel de transă, nemaifiind conștienți de nimic din ceea ce îi înconjoară.

Nu ți s-a întâmplat niciodată să te plimbi pe stradă și un prieten să te tragă de mânecă deoarece erai prea prins în gândurile tale pentru a-l observa? Sau invers, să vezi un prieten și să trebuiască să îl strigi de câteva ori, pentru ca acesta să caște apoi ochii plin de uimire când te vede în sfârșit? Prietenul nu te-a văzut pentru că era prins în gândurile sale, ca într-un fel de transă. Nu ți s-a întâmplat niciodată să călătorești cu mașina și să te trezești subit că aproape ai ajuns la destinație, deși nu îți amintești nimic de pe traseul parcurs? Tu te-ai autohipnotizat singur ascultându-ți propriile gânduri și intrând astfel în aceeași transă interioară.

Vestea bună este că cu cât vei emana mai multă iubire, cu atât mai conștient vei deveni! Iubirea are capacitatea de a conferi o luciditate deplină. De aceea, dacă vei face efortul conștient de a observa cu iubire toate lucrurile din jurul tău care îți sunt pe plac, vei deveni din ce în ce mai lucid și mai atent la ele.

Cum îți poți menține mintea focalizată asupra iubirii

*„Claritatea minții înseamnă inclusiv o claritate a pasiunii;
așa se explică de ce mintea clară și lucidă iubește*

cu ardoare și percepe imediat obiectul iubirii sale.”

Blaise Pascal (1623 – 1662)

Matematician și filozof

Una din modalitățile prin care îți poți cultiva atenția și luciditatea constă în a-ți păcăli mintea punându-i întrebări de genul: „La ce mă pot uita care să-mi placă?”, „Câte lucruri care îmi plac pot vedea?”, „Ce altceva mai îmi place?”, „Ce îmi poate trezi interesul, pasiunea, entuziasmul?”, „Mai sunt și alte lucruri pe care le pot vedea cu plăcere?”, „Ce pot asculta care să îmi facă plăcere?” Dacă îi pui minții întrebările corecte, aceasta nu se poate abține să nu caute imediat răspunsurile la întrebările tale. Ea renunță la gândurile sale obișnuite și se focalizează asupra întrebărilor pe care i le-ai pus.

Secretul constă în a-i pune regulat întrebări minții. Cu cât îi vei pune mai multe întrebări, cu atât mai ușor o vei putea controla. Mintea ta va începe să colaboreze astfel cu tine, făcând ceea ce îi ceri să facă, în loc să te împiedice să îți atingi obiectivele.

Mintea are o putere atât de mare încât dacă nu o controlezi o poate lua razna, conducându-te unde dorește ea, la fel ca un tren fără mecanic scăpat la vale. Tu ești mecanicul minții tale. De aceea, preia controlul asupra ei și ține-o ocupată. Dă-i instrucțiuni și spune-i unde dorești să meargă. Mintea nu o poate lua razna decât dacă nu îi spui ce să facă.

„Mintea acționează ca un dușman în cazul celor care nu o controlează.”

Bhagavad Gita (Sec. V Î. Ch.)

Text hindus antic

Mintea este un instrument extrem de puternic, pe care îl poți folosi așa cum dorești, dar mai întâi trebuie să preiei controlul asupra ei. Nu o lăsa să te distragă cu gândurile ei haotice, ci focalizeaz-o asupra iubirii. Acest proces nu durează prea mult, iar odată realizat conduce la apariția unor veritabile miracole în viața ta!

Cheia recunoștinței

„Fără recunoștință nu poți manifesta o mare putere, căci recunoștința este puntea de legătură cu puterea personală.”

Wallace Delois Wattles (1860 – 1911)

Autor aparținând curentului Noua Gândire



Cunosc mii de oameni care au reușit să iasă din cele mai dificile situații imaginabile cu ajutorul recunoștinței. Cunosc cazuri de vindecări miraculoase ale unor boli pe care medicii le considerau fără speranță de vindecare: recuperări ale unor rinichi blocați, vindecări ale unor boli ale inimii, regenerarea ochilor și revenirea vederii, dispariții de tumori și regenerări ale oaselor. Cunosc cazuri ale unor relații destrămate care s-au transformat în relații solide și armonioase cu ajutorul recunoștinței: căsnicii eșuate care s-au restabilit complet, membri de familie înstrăinați care s-au reapropiat, relații dificile între părinți și copii (mai ales adolescenți) sau între profesori și elevi care au devenit minunate. Cunosc cazuri de oameni săraci care s-au îmbogățit după ce au practicat virtutea recunoștinței: oameni cu afaceri în faliment care au reușit să și le resusciteze și oameni care s-au luptat toată viața cu sărăcia care au reușit să ajungă la abundență. Cunosc chiar o persoană care dormea pe străzi și care a reușit să se angajeze și să își găsească o casă în mai puțin de o săptămână. Cunosc oameni care s-au luptat cu depresia și care au sfârșit prin a se bucura de viață și a se considera impliniți cu ajutorul recunoștinței. În sfârșit, cunosc oameni care au suferit de anxietate și chiar de diferite boli psihice și au reușit să se vindece prin practicarea acestei virtuți sublime.

Toți marii mântuitori ai lumii au practicat și au recomandat virtutea recunoștinței, conștienți că aceasta este una dintre cele mai înalte expresii ale iubirii. Ei știau că atunci când manifestau recunoștință, se aflau la unison cu legea universală. De ce crezi că obișnuia Iisus să spună *mulțumesc* ori de câte ori urma să facă un miracol?

Atunci când te simți recunoscător, tu *emiți* vibrația iubirii, iar legea atracției îți oferă la rândul ei toate binecuvântările asociate cu această vibrație. Ori de câte ori îi mulțumești cuiva sau te simți recunoscător pentru o mașină, o vacanță, un apus de soare, un dar, o casă nouă sau un eveniment care te pasionează, tu îți manifesti iubirea față de aceste lucruri, atrăgând astfel în viața ta și mai multe motive de bucurie, o sănătate mai bună, mai mulți bani, experiențe mai pasionale, relații mai armonioase și oportunități mai numeroase.

Încearcă acest lucru chiar acum. Gândește-te la o situație sau la o persoană față de care te simți recunoscător. Spre exemplu, alege persoana pe care o iubești cel mai mult pe lume. Focalizează-te asupra ei și amintește-ți toate lucrurile pe care le iubești la ea și pentru care te simți recunoscător. Spune-i apoi persoanei respective ceea ce simți pentru ea, cu voce tare sau în sinea ta, ca și cum ar fi prezentă lângă tine. Spune-i toate motivele pentru care o iubești. Amintește-ți diferite situații sau momente frumoase, spunându-i: „Îți mai amintești de?...” În tot acest timp, lasă recunoștința să îți invadeze sufletul și trupul.

Iubirea pe care ai emanat-o în timpul acestui exercițiu se va întoarce asupra ta, deopotrivă asupra relației tale cu persoana în cauză și asupra vieții tale în ansamblul ei. Nimic nu este mai ușor decât să manifesti iubirea prin intermediul recunoștinței.

Albert Einstein a fost unul dintre cei mai mari savanți care au trăit vreodată pe Pământ. Descoperirile sale au schimbat pentru totdeauna percepția noastră asupra Universului. Întrebat cum a ajuns să facă aceste descoperiri, el s-a limitat să le mulțumească celorlalți oameni. Acest om înzestrat cu o minte genială obișnuia să le mulțumească celorlalți oameni pentru tot ce i-au dăruit – de o sută de ori pe zi! Cu alte cuvinte, el emana iubire de cel puțin o sută de ori pe zi. Nu este de mirare că viața i-a revelat atât de multe din misterele sale acestui om minunat...

„Îmi amintesc de o sută de ori pe zi că viața mea lăuntrică și cea exterioară depind de munca altor oameni, fie ei vii sau decedați. Acest lucru mă îmboldește să fac eforturi mai mari pentru a dăruia la rândul meu ceva, răspunzând astfel în aceeași măsură pentru tot ce am primit și pentru tot ceea ce continui să primesc.”

Albert Einstein (1879 – 1955)

Fizician, laureat al premiului Nobel

Recunoștința, marele multiplicator

Atunci când te simți recunoscător pentru tot ceea ce ai, deopotrivă pentru lucrurile mărețe și pentru cele minore din viața ta, Universul îți oferă din ce în ce mai multe motive de recunoștință. Astfel, dacă te simți recunoscător pentru banii pe care îi ai, oricât de mică ar fi suma, vei primi mai mulți bani. Dacă te simți recunoscător pentru o relație, fie ea chiar și imperfectă, relația ta se va îmbunătăți. Dacă te simți recunoscător pentru slujba pe care o ai, chiar dacă nu este slujba la care visezi, viața îți va oferi din ce în ce mai multe oportunități de a avansa în carieră sau de a-ți schimba locul de muncă. Pe scurt, recunoștința este marele multiplicator al vieții!

„Dacă singura rugăciune pe care o rostești întreaga viață este un simplu «mulțumesc», este suficient.”

Meister Eckhart (1260 – 1328)

Scriitor și teolog creștin

Recunoștința începe întotdeauna cu aceste două cuvinte simple: *(îți) mulțumesc*, dar ele trebuie rostite din toată inima. Cu cât le vei rosti mai des, dar mai ales cu cât le vei trăi mai intens, cu atât mai multă iubire vei emana.

Există trei modalități de a folosi puterea recunoștinței pentru a-ți transforma viața, și toate trei reprezintă acte de iubire:

1. *Fii recunoscător pentru tot ce ai primit în viața ta (trecut).*
2. *Fii recunoscător pentru tot ceea ce primești în viața ta (prezent).*
3. *Fii recunoscător pentru tot ceea ce îți dorești în viața ta, ca și cum ai fi primit deja (viitor).*

Dacă nu te simți recunoscător pentru lucrurile pe care le-ai primit în trecut sau de care te bucuri în momentul prezent, înseamnă că ești incapabil să emani iubire, și deci să îți schimbi actualele circumstanțe negative din viața ta. Invers, dacă oferi mulțumiri pentru lucrurile frumoase pe care le-ai primit și pe care continui să le primești, recunoștința ta are capacitatea de a multiplica aceste lucruri! Fii recunoscător inclusiv pentru lucrurile pe care ți le dorești, ca și cum le-ai fi primit deja, iar legea atracției va avea grijă – *întotdeauna* – să le primești.

Te-ai fi gândit vreodată că un element atât de simplu cum este recunoștința îți poate transforma viața, multiplicând toate lucrurile frumoase de care te bucuri deja și oferindu-ți alte lucruri frumoase, pe care ți le dorești?

Cunosc un bărbat singur, divorțat, deprimat și care avea o slujbă pe care o detesta. La un moment dat, acesta s-a decis să practice zilnic virtutea recunoștinței pentru a-și schimba viața. El a început să răspundă pozitiv tuturor persoanelor cu care interacționa de-a lungul zilei. Ori de câte ori își suna prietenii și membrii familiei, aceștia rămâneau șocați să constate cât de pozitiv gândea și cât de fericit părea. Bărbatul a început să practice recunoștința pentru toate lucrurile bune din viața sa, inclusiv pentru apa de la robinet.

Iată ce s-a întâmplat în viața sa într-un interval de patru luni: tot ce detesta la slujba sa s-a schimbat ca prin farmec, iar el a ajuns să își iubească sincer munca. Șefii săi au început să îl trimită în interes de serviciu în diferite locuri ale lumii, multe dintre ele fiind pe lista destinațiilor pe care și-ar fi dorit să le viziteze. Relațiile cu membrii familiei sale s-au transformat, devenind uluitor de armonioase, lucru pe care nu și l-ar fi putut imagina niciodată. A reușit să își plătească ratele la noua sa mașină, iar banii îi prisosesc. Orice s-ar întâmpla în viața sa, toate zilele i se par frumoase. Peste toate, s-a recăsătorit cu prima sa iubită pe care a avut-o în clasa a zecea!

*„Recunoștința pentru abundența primită
reprezintă cea mai bună poliță de asigurare
că vei continua să te bucuri de abundență.”*

Mahomed (570 – 632)
Fondatorul islamului

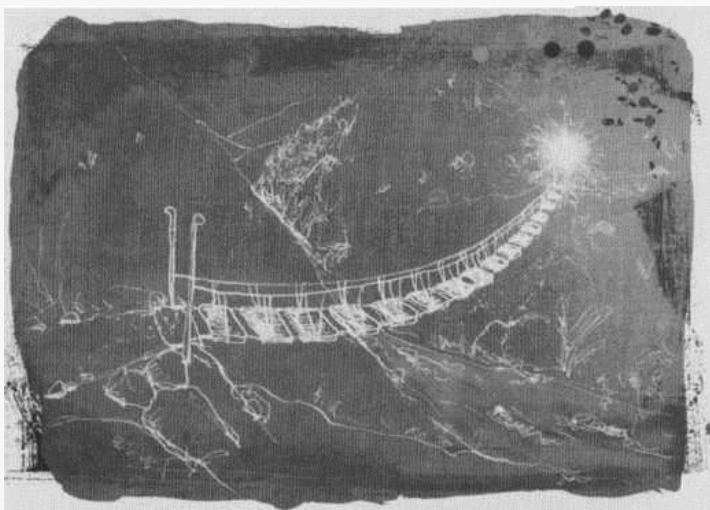
Dacă nu vei aplica recunoștința decât în mică măsură, viața ta se va schimba în mică măsură. Dacă o vei aplica masiv, zi de zi, viața ta se va transforma în maniere pe care nici măcar nu ți le poți imagina la ora actuală, căci recunoștința are nu doar capacitatea de a multiplica toate lucrurile bune din viață, dar și pe aceea de a elimina lucrurile rele. Indiferent cât de dificilă ți se pare situația cu care te confrunți în momentul de față, *cu siguranță* poți găsi motive de recunoștință, iar dacă vei cultiva această vibrație, vei descătușa astfel forța iubirii, care va elimina negativitatea din viața ta.

Recunoștința este puntea care face legătura cu iubirea

„Dacă suntem liniștiți și pregătiți, putem găsi o compensare pentru orice dezamăgire.”

Henry David Thoreau (1817 – 1862)

Autor transcendentalist



Recunoștința a reușit să o scoată pe mama din cea mai cruntă durere, proiectând-o într-o stare de fericire maximă. Părinții mei s-au îndrăgostit la prima vedere și întreaga lor căsnicie a fost o poveste de dragoste cum nu am mai văzut vreodată. De aceea, când tata a murit, mama aproape că s-a îmbolnăvit de durere, neputându-se împăca cu dispariția soțului ei.

Ca să își aline această durere, ea a început să caute motive de recunoștință. Mai mult, deși se simțea profund recunoscătoare pentru deceniile de iubire și fericire alături de tatăl meu, ea a început să caute motive de recunoștință inclusiv pentru viitor. Prima descoperire pe care a făcut-o a fost aceea că, pentru prima dată în viață, putea călători oriunde dorea.

Mama și-a dorit întotdeauna să călătorească, dar nu a putut face acest lucru cât timp a trăit tata, întrucât acesta nu era deloc pasionat de așa ceva. Mama și-a îndeplinit astfel visul de o viață: ea a început să călătorească, dar și să facă alte lucruri pe care și-a dorit întotdeauna să le facă.

Recunoștința s-a dovedit astfel puntea de legătură care i-a permis mamei să iasă din durerea imensă pe care o simțea și să își construiască o viață nouă, plină de fericire.

Este imposibil să te simți trist sau să ai alte sentimente negative atunci când te simți recunoscător. Chiar dacă te afli în cea mai dificilă situație posibilă, caută întotdeauna motive de recunoștință. Dacă ai găsit un prim motiv, caută un altul, apoi un altul, căci fiecare nou motiv de recunoștință reprezintă o cărămidă la baza punții de legătură care va schimba situația în care te afli. Recunoștința este puntea de legătură între sentimentele negative pe care le simți la ora actuală și forța benefică a iubirii!

„Recunoștința este un vaccin, o antitoxină și un antiseptic.”

John Henry Jowett (1864 – 1923)

Predicator prezbiterian și autor

Ori de câte ori ți se întâmplă ceva bun, oferă o mulțumire. Nu contează cât de minor este evenimentul. Spune: *mulțumesc*. De pildă, dacă găsești un loc perfect de parcare, dacă auzi cântecul tău preferat la radio, dacă culoarea semaforului de care te apropii se schimbă în verde sau dacă găsești un loc gol în metrou sau în autobuz, spune *mulțumesc*. Viața este plină de astfel de mici lucruri pozitive.

Oferă mulțumiri pentru simțurile tale: pentru ochii care îți permit să vezi; pentru urechile care îți permit să auzi; pentru nasul care îți permite să miroși; pentru limba care îți permite să guști și pentru pielea care îți permite să atingi. Oferă mulțumiri pentru picioarele care îți permit să mergi, pentru mâinile care îți permit să faci aproape

orice, pentru vocea care îți permite să te exprimi și să comunici cu alte persoane, pentru uimitorul tău sistem imunitar care te vindecă și îți menține starea de sănătate, pentru toate organele care îți mențin corpul în stare de funcționare. Oferă mulțumiri pentru măreția minții tale umane, pe care niciun computer din lume nu o poate imita, pentru corpul tău, care reprezintă cel mai sofisticat laborator de pe planetă și a cărui măreție nu poate fi duplicată de nimic și de nimeni. Tu însuți reprezinți un miracol!

Oferă mulțumiri pentru casa pe care o ai, pentru familia ta, pentru prieteni, pentru locul tău de muncă și pentru animalele de casă. Oferă mulțumiri pentru soare, pentru apa pe care o bei, pentru alimentele pe care le consumi și pentru aerul pe care îl respiri. Amintește-ți că nu ai putea exista fără acestea!

Oferă mulțumiri pentru copaci, pentru animale, pentru oceane, pentru păsări, pentru flori, pentru plante, pentru cerul albastru, pentru ploaie, pentru stele, pentru Lună și pentru această planetă superbă pe care locuim cu toții.

Oferă mulțumiri pentru transportul de care te folosești zilnic, pentru toate companiile care îți oferă serviciile de care te bucuri și care îți permit să duci o viață confortabilă. Gândește-te câți oameni au muncit din greu pentru ca tu să te poți bucura de apă răsucind un simplu robinet sau să te poți bucura de lumină apăsând pe un simplu întrerupător. Gândește-te la miile de oameni care au trudit din greu, ani și ani la rând, pentru a monta șinele de cale ferată de pe întreaga planetă, sau la cei care au construit șoselele care alcătuiesc astăzi o rețea mondială de transport fără de care viața noastră nu ar putea arăta așa cum arată.

„În viața de zi cu zi noi nu realizăm că primim mult mai multe decât oferim și că viața noastră nu poate deveni cu adevărat bogată decât prin intermediul recunoștinței.”

Dietrich Bonhoeffer (1906 - 1945)

Pastor luteran

Dacă dorești să te folosești de puterea recunoștinței, practic-o. Cu cât vei *simți* într-o mai mare măsură starea de recunoștință, cu atât mai multă iubire vei *emana* și cu atât mai multă iubire vei *primi*.

Te simți recunoscător pentru starea de sănătate atunci când te bucuri de ea, sau nu faci decât să o regreți atunci când te îmbolnăvești?

Te simți recunoscător pentru somnul odihnitor de care ai avut parte sau ți se pare normal să te bucuri de el, amintindu-ți de el doar atunci când suferi de insomnie?

Te simți recunoscător pentru prezența celor dragi în viața ta atunci când totul merge bine sau îi regreți doar atunci când dispar o sau când apar probleme în relațiile tale?

Te simți recunoscător pentru electricitatea de care te folosești atunci când aprinzi lumina sau când dai drumul la un aparat, sau îți amintești de ea doar atunci când se produce o pană de curent?

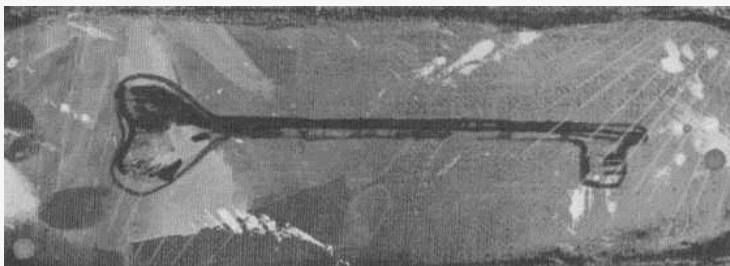
Te simți în fiecare zi recunoscător pentru că ești viu?

Fiecare clipă reprezintă o ocazie ideală pentru a-ți manifesta recunoștința și pentru a multiplica astfel motivele de bucurie din viața ta. Pe timpuri îmi imaginam că eram o persoană recunoscătoare, dar nu am devenit cu adevărat conștientă ce înseamnă această virtute decât atunci când am început să o practic.

Atunci când mă plimb sau când conduc mașina, mă folosesc de acest timp pentru a oferi mulțumiri pentru toate lucrurile bune din viața mea. Fac același lucru chiar și atunci când merg din bucătărie în dormitor, sau invers. În astfel de momente spun din toată inima: „Mulțumesc pentru această viață. Mulțumesc pentru armonia de care mă bucur. Mulțumesc pentru bucuria din viața mea. Mulțumesc pentru sănătate. Mulțumesc pentru distracție. Mulțumesc pentru miracolul vieții. Mulțumesc pentru tot ce este minunat și sublim în viața mea.”

Fii recunoscător! Recunoștința nu costă nimic, dar valorează mult mai mult decât toate bogățiile acestei lumi. Ea îți îmbogățește viața ca nimic altceva, multiplicând toate motivele pentru care te simți recunoscător!

Cheia jocului



Există o modalitate garantată care te poate face să te simți mai bine în orice domeniu al vieții tale, și anume jocul și distracția. Jocul este întotdeauna amuzant și este imposibil să nu te simți bine atunci când te joci.

Din păcate, după ce am încetat să mai fim copii noi am renunțat la joacă, devenind din ce în ce mai serioși în privința vieții. Această vibrație a seriozității atrage în mod natural circumstanțe extrem de serioase, sau chiar grave. Atunci când te distrezi te simți automat bine, iar circumstanțele se schimbă la rândul lor, devenind mult mai plăcute.

Viața ar trebui să fie amuzantă. De aceea, joacă-te cu legea atracției. Inventează jocuri folosindu-te de imaginație, căci legii atracției nu-i pasă dacă realitatea din mintea ta este imaginară sau jucăușă. Ea are tendința să îi dea viață!

Cum ne putem juca

„Cei care înțeleg și care învață cel mai ușor legea iubirii sunt copiii.”

Mahatma Gandhi (1869 – 1948)

Lider politic indian

Cum ne putem juca? Simplu: făcând ceea ce făceam în copilărie și folosindu-ne de imaginație pentru a crea jocuri în care să ne prefacem că credem.

Să spunem că practici ciclismul și că dorești să devii cel mai bun ciclist din lume, câștigând Turul Franței. Te descurci bine la antrenament și îți urmezi visul, dar ți se pune diagnosticul unei boli fatale și medicii îți acordă doar 40% șanse de a supraviețui. În timp ce îți urmezi tratamentul, continui să îți imaginezi că participi la Turul Franței și că îl câștigi, chiar dacă personalul medical te așteaptă și te verifică la fiecare oprire. Îți imaginezi această cursă în fiecare zi, și de fiecare dată obții timpuri din ce în ce mai buni! În acest scop, trebuie însă mai întâi să te vindeci.

La un an după ce te-ai vindecat, câștigi Turul Franței, după care continui să îl câștigi șapte ani la rând, devenind singurul ciclist din istorie care a realizat o astfel de performanță! Pare un scenariu fantezist, dar asta a făcut Lance Armstrong, legendarul ciclist. Aflat în cele mai dificile circumstanțe din viața sa, acesta și-a creat un joc imaginar, iar în cele din urmă și-a îndeplinit visul.

Să spunem că dorești să ai un corp grozav și să devii unul din cei mai faimoși actori din America. Trăiești într-un sat micuț din Europa și provii dintr-o familie cu dificultăți financiare, dar acest lucru nu te împiedică să visezi. Te folosești de poza unui corp perfect pentru a te identifica cu ea și îți imaginezi că ai câștigat titlul european la culturism. În final, câștigi acest titlu de șapte ori la rând, după care te duci în America cu gândul să îți urmezi celălalt vis, acela de a deveni actor. Nimeni nu crede însă că ai talent actoricesc. Deși toată lumea îți spune acest lucru, continui să îți urmezi visul din copilărie, iar în cele din urmă reușești. Aceasta este povestea vieții lui Arnold Schwarzenegger, care a câștigat titlul de Mr. Olympia șapte ani la rând, după care a devenit un actor faimos la Hollywood.

Imaginează-ți că îți dorești să devii un mare inventator. Când erai copil, ai trecut prin mari încercări: aveai halucinații și vedeai flash-uri de lumină care te orbeau. Nu ai reușit să îți termini facultatea și ai fost nevoit să renunți la slujbă din cauza unei căderi nervoase. Pentru a scăpa de halucinații, încerci să preiei controlul asupra minții tale creându-ți propria ta lume imaginară. Inspirat de ideea unui viitor mai luminos, îți focalizezi imaginația asupra unor noi invenții. Îți construiești invențiile în imaginație, apoi le testezi și le corectezi în mintea ta, fără a face măcar o schiță pe hârtie. Îți crezi un laborator în propria ta minte și te folosești de imaginație pentru a-ți verifica noile invenții înainte de a le da o aparență fizică efectivă.

Așa a procedat Nikola Tesla, unul dintre cei mai geniali inventatori ai tuturor timpurilor. El a creat prin această metodă a imaginației motorul cu curent alternativ, radioul, amplificatorul, aparatele de comunicare fără fir, lumina fluorescentă, laserul, telecomanda și alte peste trei sute de invenții patentate.

„Logica te poate duce de la A la B.

Imaginația te poate duce oriunde.”

Albert Einstein (1879 – 1955)

Fizician, laureat al premiului Nobel

Orice îți dorești, folosește-te de imaginație, creează jocuri și joacă-te. Folosește-te de orice prilej care te-ar putea ajuta. Dacă dorești să slăbești sau să arăți mai bine, creează-ți alte jocuri care să te facă să simți că ai deja un corp superb. Înconjoară-te de imagini ale unor corpuri frumoase, dar nu uita că secretul constă în a-ți imagina că aceste corpuri *îți aparțin!* Atunci când te uiți la ele, imaginează-ți că te uiți la *propriul tău* corp, nu la corpul altei persoane.

Dacă ești prea gras sau prea slab, gândește-te cum te-ai simți dacă ai avea în momentul de față greutatea ideală. Cu siguranță, te-ai simți altfel decât te simți acum. Întreaga ta postură corporală s-ar schimba, ba chiar și personalitatea ta. Ai merge altfel, ai vorbi altfel și probabil ai acționa altfel. Imaginează-ți toate aceste lucruri și începe să mergi altfel, să vorbești altfel și să acționezi altfel! Același principiu este valabil și pentru celelalte dorințe ale tale: imaginează-ți că acestea s-au împlinit deja și vezi cum te simți. De îndată ce faci acest lucru, legea atracției preia noua ta vibrație și îți oferă ceea ce îți dorești.

Lance Armstrong, Arnold Swartzenegger, Nikola Tesla și alții ca ei s-au jucat cu imaginația și au simțit cu toată intensitatea că visele lor s-au împlinit. Scenele imaginate de ei au devenit atât de reale încât le-au putut *simți*, fapt care i-a convins că ele se pot realiza. Nu contează cât de îndepărtat de tine pare un vis. Acesta îți este mai apropiat decât orice altceva în viață, căci puterea de a-l transforma în realitate rezidă în interiorul tău!

„Orice este posibil pentru cel care crede.”

Iisus (aproximativ 5 Î. Ch., 30 D. Ch.)

Fondatorul creștinismului, în Evanghelia după Marcu 9:23

În viitor vom asista la un număr din ce în ce mai mare de descoperiri făcute cu ajutorul puterii imaginației. Oamenii de știință au descoperit deja niște celule speciale care oglindesc și activează acele zone din creier care trăiesc o experiență imaginară ca și cum aceasta ar fi reală. Ei au ajuns astfel la concluzia că atunci când îți imaginezi că experimentezi ceva, creierul tău reacționează imediat, la fel cum ar face-o dacă experiența ar fi reală.

Ori de câte ori vorbești despre o experiență trecută sau viitoare, imaginația ta o percepe la momentul actual. De aceea, tu trăiești cu o anumită intensitate experiența respectivă, emiți frecvența ei de vibrație și activezi astfel legea atracției. În mod similar, atunci când îți imaginezi o situație la care visezi, legea atracției o percepe la momentul prezent. Reține: legea atracției nu cunoaște alt timp decât prezentul.

Dacă ceea ce îți dorești nu se realizează imediat, acest lucru se datorează faptului că tu nu emiți încontinuu vibrația caracteristică dorinței tale, iar această vibrație echivalează întotdeauna cu iubirea pe care o ai față de dorința ta în momentul prezent! Dacă ești capabil să identifici această vibrație și să rămâi ancorat în ea, este inevitabil ca dorința ta să se îndeplinească.

*„Tot ceea ce îți poți dori îți aparține deja.
Transformă-ți dorințele în realitate imaginându-ți
și simțind că ele s-au îndeplinit deja.”*
Neville Goddard (1905 – 1972)
Autor aparținând curentului Noua Gândire

Ori de câte ori te simți plin de entuziasm față de o anumită situație din viața ta, devino conștient de această energie și amintește-ți de visul tău. Activează-ți imaginile mentale cultivate prin exercițiu și lasă-le să se impregneze cu energia plină de pasiune pe care o simți în momentul de față. Asta înseamnă să te joci. Folosește bucuria jocului pentru a-ți crea viața pe care ți-o dorești.

AFIRMAȚII CARE EMANĂ PUTERE

Cheia iubirii

- *Dacă dorești să te folosești de puterea supremă din viața ta, trebuie să iubești așa cum nu ai mai iubit vreodată. Îndrăgostește-te de viață!*
- *Nu privi decât iubirea. Nu asculta decât iubirea. Nu rosti decât cuvinte pline de iubire și nu mai simți altceva decât iubirea cea mai pasională și mai sinceră cu putință.*
- *Nu există limite ale iubirii pe care o poți simți, iar această energie nelimitată se află înlăuntrul tău! Tu ești alcătuit din iubire.*
- *Spune-i zilnic legii atracției ce anume iubești, evidențiind toate lucrurile care îți plac și urmărind să le simți.*
- *Dacă dorești să îți schimbi starea de spirit sau să îți intensifici și mai mult intensitatea sentimentelor pozitive, fă o listă mentală cu toate lucrurile care îți plac și pe care le iubești!*
- *Sarcina ta este să iubești cât mai mult în fiecare zi.*
- *Fă un efort conștient de a observa zilnic cât mai multe lucruri care îți plac și pe care le iubești.*

Cheia recunoștinței

- *Ori de câte ori te simți recunoscător, tu emiți iubire.*
- *Fii recunoscător pentru tot ce ai primit în viața ta (trecut).
Fii recunoscător pentru tot ce primești în viața ta (prezent).
Fii recunoscător pentru tot ceea ce îți dorești în viața ta ca și cum ai fi primit deja (viitor).*
- *Recunoștința ta va multiplica toate lucrurile bune din viața ta.*
- *Recunoștința este puntea care face legătura între sentimentele tale negative și strunirea forței iubirii!*

- *Pentru a te folosi de puterea recunoștinței, practic-o. Ori de câte ori ți se întâmplă ceva bun, oferă mulțumiri. Nu contează cât de minor este evenimentul respectiv. Spune mulțumesc.*

- *Cu cât recunoștința pe care o simți este mai mare, cu atât mai multă iubire emani. Cu cât emani mai multă iubire, cu atât mai multe lucruri bune ți se întâmplă.*

- *Fiecare moment reprezintă o ocazie perfectă pentru a fi recunoscător și pentru a multiplica lucrurile pe care le iubești.*

Cheia jocului

- *Atunci când te joci, tu te simți automat bine, și astfel atragi în viața ta circumstanțe pozitive. Seriozitatea nu atrage decât evenimente serioase.*

- *Viața ar trebui să reprezinte o distracție!*

- *Legea atracției nu știe când îți imaginezi ceva și când te joci. Tot ceea ce cultivi în imaginația ta tinde să devină real.*

- *Orice îți dorești, folosește-ți imaginația, creează jocuri și joacă-te.*

- *Acționează ca și cum dorința ta ți-ar fi deja îndeplinită în momentul prezent. Ori de câte ori îți imaginezi o situație și ești capabil să simți că ea este reală, tu activezi automat legea atracției, care o transformă apoi în realitate.*

- *Dacă dorința ta nu s-a împlinit încă, acest lucru se datorează exclusiv faptului că nu ești capabil să menții continuu vibrația care corespunde dorinței tale.*

- *Ori de câte ori simți o stare de entuziasm sau o altă emoție pozitivă intensă, devino conștient de această energie și amintește-ți de visul tău, impregnându-l astfel cu ea.*

PUTEREA ȘI BANII

„Sărăcia constă în a te simți sărac.”

Ralph Waldo Emerson (1803 – 1882)

Autor transcendentalist

Tu ce simți atunci când te gândești la bani? Mulți oameni sunt tentați să răspundă că iubesc banii, dar acest lucru nu este întotdeauna adevărat. Dacă nu au bani, înseamnă că nu se simt confortabil atunci când se gândesc la ei. Cu siguranță, un om care are toți banii de care are nevoie se simte bine când vine vorba de bani. De aceea, răspunsul la întrebarea de mai sus este cât se poate de simplu: dacă nu ai suficienți bani pentru a-ți asigura toate nevoile și dorințele, înseamnă că nu te simți suficient de confortabil atunci când te gândești la bani.

Este suficient să privim lumea în care trăim ca să ne dăm seama că marea majoritate a oamenilor nu se simt confortabil atunci când vine vorba de bani, pentru simplul motiv că cele mai multe bogății sunt acumulate în mâinile a cel mult 10% dintre oameni. Singura diferență dintre oamenii bogați și ceilalți oameni constă în faptul că cei din prima categorie au sentimente mai degrabă pozitive decât negative atunci când vine vorba de bani. E simplu!

Cum se explică însă că atât de mulți oameni au sentimente atât de negative în legătură cu banii? Acest lucru nu se datorează faptului că nu au avut niciodată bani, căci majoritatea celor care sunt foarte bogați au pornit de la zero. Motivul pentru care atât de mulți oameni nu se simt bine atunci când vine vorba de bani este legat de emoțiile lor negative asociate cu banii și de convingerile greșite care le-au fost inoculate în subconștient pe vremea când erau copii, de genul: „Nu ne putem permite acest lucru”, „Banii sunt ochiul dracului”, „Majoritatea oamenilor bogați sunt necinstiți”, „Este greșit să îți dorești foarte mulți bani”, „Banii nu sunt ceva spiritual” sau „Dacă dorești să ai foarte mulți bani, trebuie să muncești din greu.”

Copiii acceptă de regulă tot ce le spun părinții, profesorii și ceilalți oameni din jurul lor. Fără să realizeze, ei cresc și devin adulți, dar păstrează convingerile care le-au fost inoculate în copilărie, inclusiv sentimentele negative față de bani. Ironia sorții face ca în timp ce li se spune că a-ți dori bani este ceva rău (greșit), trebuie totuși să muncești din greu pentru a-ți câștiga traiul, chiar dacă nu îți place ceea ce faci. Mulți copii cresc chiar cu convingerea că numărul slujbelor care le pot permite să își câștige traiul este limitat, așa că nu au prea multe de ales.

Toate aceste convingeri sunt greșite, dar nimeni nu este vinovat pentru transmiterea lor, căci adulții care le vorbesc astfel copiilor cred sincer în ceea ce spun. Aceasta este realitatea lor, căci legea atracției are grijă să le îndeplinească convingerile. Învățătura din cartea de față spune altceva: legile care stau la baza vieții funcționează după alte criterii. Dacă nu ai suficienți bani, acest lucru se datorează faptului că nu ai sentimente pozitive față de ei.

*„Atunci când înțelegi că nu îți lipsește nimic,
întreaga lume îți aparține.”*

Lao Tzu (sec. VI î. Ch., aproximativ)

Fondatorul taoismului

Iubirea este puterea care atrage

Personal, am crescut într-un mediu sărac. Deși părinții mei nu și-au dorit niciodată foarte mulți bani, ei au făcut totuși eforturi mari pentru a asigura traiul familiei lor. De aceea, am crescut având aceleași convingeri negative legate de bani pe care le au majoritatea oamenilor. Mai târziu, am realizat că dacă doresc să îmi schimb viața din acest punct de vedere trebuie mai întâi să îmi schimb părerile despre bani, ba chiar să mă transform în întregime, pentru ca banii nu doar să vină la mine, dar să îi și pot păstra.

Examinând lumea înconjurătoare, am constatat de multe ori că oamenii bogați nu numai că atrag cu ușurință banii în viața lor, dar aceștia din urmă par să se cramponeze de ei. Chiar dacă cineva ar lua toți banii din lume și i-ar distribui în mod egal tuturor locuitorilor planetei, în scurt timp majoritatea banilor s-ar întoarce în mâinile câtorva procente ale umanității, pentru simplul motiv că legea

atracției urmează întotdeauna forța iubirii, iar cele câteva procente care se simt într-adevăr bine atunci când au bani i-ar atrage imediat înapoi către ei. Forța iubirii pune totul în mișcare, inclusiv banii și bogățiile acestei lumi, căci legea ei este imuabilă.

„Acesta este principiul etern și fundamental, inerent în tot ceea ce există, în toate sistemele filozofice, în toate religiile și în toate științele.

Nimeni nu poate scăpa de legea iubirii.”

Charles Haanel (1866 – 1949)

Autor aparținând curentului Noua Gândire

Putem vedea cu ușurință cum funcționează legea atracției dacă ne uităm la oamenii care câștigă la loto. Aceștia își imaginează și simt cu intensitate cum ar fi dacă ar câștiga la loto. Ei vorbesc despre *momentul* în care vor câștiga, nu *dacă* vor câștiga vreodată. După care chiar câștigă! La prima vedere, acești oameni par ancorați în vibrația bogăției, dar statisticile arată că cei mai mulți dintre ei risipesc banii câștigați la fel de ușor cum i-au obținut. În numai câțiva ani, marea majoritate a câștigătorilor la loterie rămân fără niciun ban, ajungând astfel din nou în situația de la care au plecat.

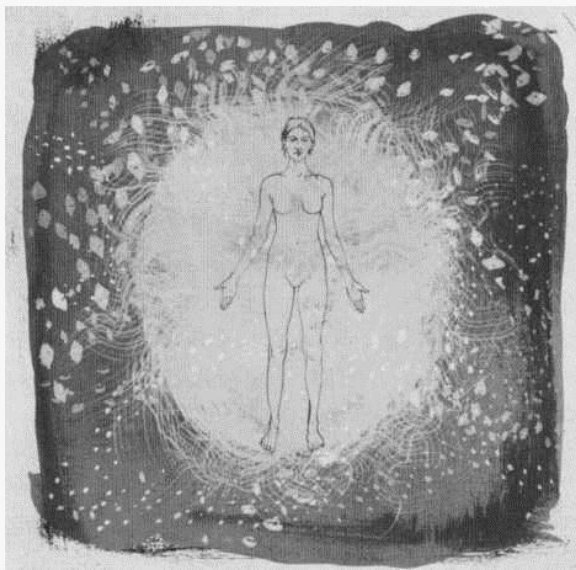
Deși s-au folosit în mod corect de legea atracției pentru a câștiga la loto, primirea banilor nu le-a schimbat în mod fundamental convingerile legate de aceștia, așa că i-au risipit la fel cum i-au obținut. Altfel spus, banii nu s-au lipit de ei!

Atunci când nu te simți bine în legătură cu banii, tu ai tendința să îi respingi. De aceea, aceștia îți vor aluneca printre degete la fel ca apa. Chiar dacă primești din când în când bani suplimentari, pe care nu te așteptai să îi obții, în scurt timp aceștia par să dispară ca prin farmec. Îți vin facturi mai mari, ți se strică lucrurile din casă sau au loc alte evenimente care te silesc să îți bagi mâna în buzunar și să plătești cheltuieli neașteptate.

Care este forța care face banii nu doar să vină la tine, dar să și rămână? Iubirea! Iubirea este forța de atracție care aduce banii, dar și puterea care îi face să rămână! Acest mecanism nu are nimic de-a face cu bunătatea sau cu corectitudinea ta. De altfel, acest mod de a pune problema este din start greșit, întrucât tu ești o ființă mai măreață și mai sublimă decât îți poți imagina!

Așadar, dacă dorești să obții bani și să îi poți păstra, tu trebuie să îi iubești și să te simți bine atunci când vine vorba de ei! Dacă în clipa de față îți lipsesc banii, iar datoria de pe cârdul tău de credit crește, înseamnă că îi respingi singur, căci îți lipsește puterea de a-i atrage în viața ta.

Pe de altă parte, nu contează în ce stare financiară te afli în momentul de față. Nu contează nici măcar în ce stare financiară se află țara în care locuiești sau lumea în ansamblul ei. Nu există nicio situație complet lipsită de speranță. În timpul Marii Recesiuni au existat oameni care au prosperat, întrucât cunoșteau legea atracției și legea iubirii. Ei și-au imaginat și au simțit că aveau deja tot ce își doreau, sfidând astfel circumstanțele exterioare și criza din jurul lor.



*„Dacă ne simțim bine în pielea noastră,
epoca pe care o trăim este una bună.
Noi suntem cei care determinăm epoca, nu invers.
Așa cum suntem noi, așa este și epoca.”
Sfântul Augustin din Hippo (354 – 430)
Teolog și Episcop*

Forța iubirii poate face față oricărei situații și oricărui obstacol. Problemele lumii exterioare nu reprezintă un obstacol în calea ei. Legea atracției operează cu aceeași putere indiferent de timpurile pe care le trăim.

Cum îți poți schimba sentimentele față de bani

Dacă îți vei schimba sentimentele față de bani, situația ta financiară se va schimba. Cu cât vei ajunge să te simți mai bine în privința banilor, cu atât mai mulți bani vei atrage către tine.

Atunci când nu ai foarte mulți bani, primirea facturilor te indispune. Din păcate, atunci când reacționezi negativ față de o factură mare, tu emiți o vibrație negativă, care va atrage în viața ta alte facturi mari. Omul primește exact ceea ce oferă. De aceea, este foarte important ca atunci când îți plătești facturile să găsești o modalitate de a te simți bine. Nu-ți plăti niciodată facturile dacă nu te afli într-o stare de spirit pozitivă, căci în acest fel nu vei face decât să atragi facturi din ce în ce mai mari în viața ta.

Pentru a schimba ceea ce simți este necesar să îți folosești imaginația, inventând un joc care să te facă să te simți bine atunci când îți plătești facturile. De pildă, îți poți imagina că acestea nu sunt facturi propriu-zise, ci modalități prin care poți dona bani unor companii sau persoane, din pură bunătațe, pentru serviciile pe care ți le furnizează.

Alternativ, îți poți imagina că facturile pe care le primești sunt de fapt cecuri. Cultivă-ți recunoștința și mulțumește companiei care ți-a trimis factura, gândindu-te cât de mult ai beneficiat de pe urma serviciilor sale, de pildă a electricității sau a casei în care locuiești (dacă trebuie să plătești o rată la bancă pentru aceasta). Poți chiar scrie pe factură: „Mulțumesc. Am achitat.” Dacă nu ai bani să o plătești deocamdată, scrie pe ea: „Mulțumesc pentru banii primiți.” Legea atracției nu este interesată dacă imaginile mentale pe care ți le creezi sunt reale sau nu (mai ales dacă și simți ceea ce îți imaginezi).

Ea reacționează doar la ceea ce oferi. Punct.

*„Tu nu ești răsplătit în funcție de munca ta
sau de timpul investit, ci în funcție de măsura iubirii tale.”*

Sfânta Caterina de Siena (1347 – 1380)

Filozoafă și doctor al bisericii catolice

Atunci când îți primești salariul, fii recunoscător pentru el, astfel încât banii primiți să se multiplice! Cei mai mulți dintre oameni nu se simt bine atunci când sunt plătiți, întrucât nu știu dacă banii primiți le vor ajunge până la următorul salariu. Ori de câte ori primești niște bani (oricât de puțini), fii recunoscător! Reține: recunoștința are capacitatea de a multiplica obiectul ei!

Folosește-te de orice ocazie pentru a te juca

Folosește-te de orice prilej în care manipulezi bani pentru a inventa un joc care să te facă să te simți bine, astfel încât banii să se multiplice. Ori de câte ori plătești pentru ceva, urmărește să simți starea de iubire! Imaginează-ți cât de mult îi ajută banii tăi pe membrii companiei pentru care faci plata. În acest fel, te vei simți mai bine și nu te vei mai gândi că îți cheltuiești banii. Aceasta este diferența dintre un om care are foarte mulți bani și unul care se luptă toată viața ca să își câștige traiul.

Iată un alt joc pe care îl poți juca pentru a-ți aminti să te simți bine ori de câte ori trebuie să faci o plată. Imaginează-ți o bancnotă de un dolar. Gândește-te că partea din față reprezintă latura ei pozitivă, care simbolizează abundența financiară, în timp ce partea din spate reprezintă latura ei negativă, care simbolizează sărăcia. Ori de câte ori primești bani, întoarce în mod deliberat bancnotele cu fața în sus și așează-le astfel în portofel. Procedează la fel și atunci când dai bani. În acest fel, îți vei aminti de fiecare dată de ideea de abundență și te vei simți mai bine.

Poți juca acest joc și atunci când plătești cu cardul de credit. Imaginează-ți că partea din față reprezintă latura ei pozitivă, care simbolizează abundența, cu atât mai mult cu cât pe ea este înscris numele tău.

Ori de câte ori faci o plată cash sau cu cârdul, dorește-i persoanei din fața ta să se bucure de cât mai mulți bani și urmărește să fii sincer, căci legea atracției te ajută să primești tot ceea ce oferi!

Imaginează-ți că ești un om bogat chiar în momentul de față. Gândește-te că dispui de toți banii din lume de care ai nevoie. Ce ai schimba în acest caz în viața ta? Gândește-te la toate lucrurile pe

care le-ai putea face. Ce simți? Cu siguranță, te simți altfel decât în mod obișnuit. Atunci când ai bani, mergi altfel, vorbești altfel, te porți altfel. Întreaga ta postură corporală se schimbă. La fel și reacțiile tale, în orice situație: atunci când trebuie să îți plătești facturile, în fața oamenilor, a circumstanțelor și a tuturor evenimentelor din viață. Aceste reacții sunt diferite pentru că tu *te simți* altfel! Ești mult mai relaxat, mult mai senin și mult mai fericit. Totul ți se pare ușor. Te bucuri de fiecare zi și nu te mai gândești atât de mult la ziua de mâine. Asta înseamnă să iubești banii și să îi atragi în mod magnetic către tine. Încearcă să cultivi acest sentiment!

„Sesizează senzațiile asociate cu împlinirea dorinței tale și asumă-ți-le ca și cum te-ai afla deja în posesia obiectului dorit. În acest fel, dorințele tale îți vor fi îndeplinite.”

Neville Goddard (1905 – 1972)

Autor aparținând curentului Noua Gândire

Spune da banilor

Reține: ori de câte ori auzi că altcineva a primit bani sau a avut un succes într-un domeniu sau altul, bucură-te pentru el, căci asta înseamnă să te situezi pe aceeași frecvență cu el! Starea de bucurie este cea mai bună dovadă că te afli pe o frecvență de vibrație pozitivă; de aceea, bucură-te pentru succesele celorlalți oameni ca și cum ai fi în pielea lor. Totul depinde de felul în care reacționezi în fața succeselor celorlalți oameni: dacă ești capabil să te bucuri pentru ei, tu spui practic *da* banilor și succesului personal. Dimpotrivă, dacă te simți dezamăgit sau invidios că nu te afli în locul lor, reacția ta negativă spune *nu* banilor și succesului personal. Spre exemplu, dacă auzi că cineva a câștigat la loto sau că o companie a făcut un profit record, bucură-te. Simplul fapt că ai auzit această veste arată că te situezi pe aceeași frecvență de vibrație, iar reacția ta de bucurie interioară atrage în viața ta același tip de succes.

Acum câțiva ani am ajuns pe fundul căldării din punct de vedere financiar. Îmi epuizasem limita de credit a mai multor carduri, apartamentul în care locuiam era ipotecat la maxim, iar compania mea avea datorii de milioane de dolari, întrucât tocmai produceam pe banii mei filmul *Secretul*. Pe scurt, mă aflam într-o situație disperată.

Îmi doream bani ca să termin filmul, și cunoscând legea atracției, știam că pentru a-i atrage trebuia să îmi cultiv o stare de spirit cât mai pozitivă legată de bani. Nu îmi era însă deloc ușor, căci mă confruntam în fiecare zi cu datorii din ce în ce mai mari și cu oameni care îmi cereau bani, și nu aveam nicio idee cum să îmi plătesc propriii salarii. De aceea, am trecut la măsuri drastice.

M-am dus la un bancomat și am scos câteva sute de dolari de pe cardul meu de credit. Aș fi avut o nevoie disperată să îmi plătesc facturile și să îmi cumpăr de mâncare cu acești bani, dar am preferat să mă plimb pe o stradă aglomerată și să îi împart în stânga și în dreapta trecătorilor.

Mă uitam la fețele oamenilor care treceau pe lângă mine, încercând să mă decid cui să dau bani. De fapt, mi-aș fi dorit să le ofer tuturor bani, dar nu dispuneam decât de o sumă limitată. De aceea, m-am lăsat călăuzită de inimă și le-am oferit bani tuturor trecătorilor față de care simțeam o anumită afinitate. A fost prima dată în viața mea când am simțit o iubire reală și sinceră față de bani. De fapt, nu banii propriu-ziși erau obiectul iubirii mele, ci ideea de a-i dăruii semenilor mei. Era o zi de vineri, așa că m-am bucurat întregul weekend de starea extraordinară de exaltare pe care am simțit-o dăruind bani. Ori de câte ori îmi aminteam de gestul meu, îmi dădeau lacrimile.

În ziua de luni mi s-a întâmplat ceva uimitor: contul meu bancar a fost încărcat cu 25.000 de dolari printr-o suită uimitoare de evenimente. Practic, banii mi-au căzut literalmente din cer. Cu mulți ani înainte cumpărasem acțiuni la compania unui prieten, după care am uitat de acestea, întrucât au rămas la aceeași valoare. În acea dimineață de luni am primit însă un telefon de la agentul meu bursier, care m-a întrebat dacă doream să îmi vând acțiunile, a căror valoare crescuse foarte mult peste noapte. Am acceptat imediat și în după-amiaza aceleiași zile cei 25.000 de dolari mi-au fost virăți în cont.

Scopul gestului meu de vineri nu a fost de a oferi bani cu intenția premeditată de a primi alți bani, ci doar de a simți o stare de iubire față de bani. O viață întreagă m-am simțit rău ori de câte ori era vorba de bani. Dacă i-aș fi dăruit în acea zi de vineri cu intenția deliberată de a primi alți bani în loc, mecanismul nu ar fi funcționat, pentru că motivația gestului meu ar fi fost din nou lipsa banilor, care

este un sentiment negativ. Din fericire, adevărata mea motivație a fost iubirea. Atunci când dăruiești bani din iubire (asociind astfel conceptul de bani cu vibrația înaltă a iubirii), legea atracției îți va trimite cu siguranță alți bani. Cunosco pe cineva care a scris un cec de 100 de dolari și a donat acești bani pentru o operă de caritate la care ținea foarte mult. După numai zece ore, el a încheiat cel mai mare contract de vânzare pe care l-a avut vreodată compania sa.

*„Nu contează atât de mult cât dăruim,
cât iubirea pe care o investim în actul dăruirii noastre.”*

Maica Tereza (1910 – 1997)

Misionară, laureată a premiului Nobel pentru Pace

Dacă ai dificultăți financiare și dorești să îți schimbi gândurile și sentimentele față de bani, transmite gânduri sincere de abundență tuturor oamenilor pe lângă care treci pe stradă de-a lungul zilei. Privește-le fețele și imaginează-ți că le dăruiești foarte mulți bani. Bucură-te sincer de această imagine, apoi treci la următoarea persoană. Acest exercițiu de imaginație este foarte ușor de practicat, iar dacă vei reuși să simți starea de bucurie sinceră la gândul dăruirii acestor sume de bani, el îți poate schimba sentimentele față de bani, și implicit situația financiară.

Cariera și afacerile

*„Geniul lipsit de inimă este o imposibilitate,
căci nu este suficient să fii inteligent și să dispui
de o mare putere de înțelegere pentru a fi un geniu!
Iubirea! Iubirea! Iubirea! Aceasta este sufletul geniului.”*

Nikolaus Joseph von Jacquin (1727 – 1817)

Om de știință olandez

Forța de atracție care pune în mișcare toți banii din lume este iubirea. De aceea, orice om capabil să simtă iubire în situațiile asociate cu banii devine un magnet pentru aceștia. Banii nu trebuie câștigați din greu pentru a-ți dovedi astfel valoarea. Tu meriți să primești toți banii de care ai nevoie, chiar acum! Adevărata motivație a muncii este bucuria pe care ți-o produce, nu nevoia de a-ți câștiga traiul. Munca este menită să te entuziasmeze și să îți amplifice starea de iubire! Atunci când iubești ceea ce faci, banii vin de la sine.

Dacă faci ceva ce nu-ți place cu unicul scop de a-ți câștiga traiul, nu vei obține nici foarte mulți bani, și nici slujba visată. Cu siguranță, slujba la care visezi există, și tot ce trebuie să faci pentru a o atrage către tine este să îți manifesti iubirea față de ea. Imaginează-ți că faci deja ceea ce îți place și astfel vei atrage slujba visată. Caută toate amănuntele care îți plac la actuala slujbă și manifestă-ți iubirea față de ele, căci numai prin iubire poți atrage lucruri plăcute în viața ta. Dacă vei proceda astfel, slujba la care visezi îți va bate singură la ușă!

Cunosc un bărbat șomer care a depus cerere de angajare pentru o slujbă pe care și-a dorit-o dintotdeauna. Pentru a atrage slujba de vis, el și-a compus singur o scrisoare de acceptare de la compania la care a depus cererea, care includea salariul pe care și-l dorea și alte detalii legate de sarcinile de serviciu. Și-a făcut cărți de vizită cu numele companiei pe ele și le-a privit zilnic cu recunoștință pentru faptul că lucra la compania sa preferată. La fiecare câteva zile și-a trimis singur email-uri de felicitare pentru noua sa slujbă.

A urmat un interviu prin telefon, iar apoi altul față în față. La numai două ore după ultimul interviu, cei de la firmă l-au sunat pentru a-i da vestea că a obținut postul pe care și l-a dorit dintotdeauna, oferindu-i un salariu mult mai mare decât cel pe care și-l scrisese singur pe scrisoarea de acceptare.

Chiar dacă nu știi exact ce anume dorești să faci în această viață, manifestă-ți iubirea prin cultivarea unei stări de spirit pozitive, iar sentimentele tale te vor conduce singure către slujba ideală pentru tine. Aceasta se află cu siguranță pe vibrația înaltă a iubirii, iar dacă vei cultiva această vibrație, vei fi atras în mod natural către ea.

„Nu succesul este cheia fericirii.

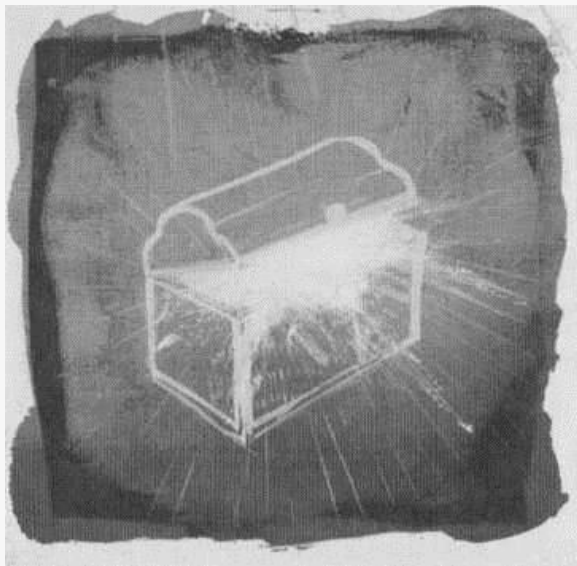
Fericirea este cheia succesului.”

Albert Schweitzer (1875 – 1965)

Filozof și misionar medical, laureat al premiului Nobel pentru Pace

Succesul în afaceri operează după același principiu. Dacă ai o afacere care nu merge așa cum ți-ai dori, adevărata problemă nu are nimic de-a face cu circumstanțele exterioare, ci cu sentimentele tale negative datorate absenței succesului.

Chiar și în cazul în care afacerea merge bine, dacă te enervezi din cauza unei probleme minore care apare din mers, tu crezi singur premisele prăbușirii afacerii tale. Toate inspirațiile și ideile care te-ar putea conduce pe culmi nebănuite ale succesului în afaceri se află pe vibrația iubirii. De aceea, este foarte important să îți cultivi în permanență o stare de spirit pozitivă legată de afacerea ta și să rămâi cât mai des pe vibrația cea mai înaltă pe care o poți susține.



Imaginează-ți, creează și joacă jocuri mentale. Fă tot ce îți stă în puteri pentru a-ți menține starea de spirit pozitivă. Prin ridicarea acestei stări de spirit, tu ridici automat și vibrația afacerii tale.

Iubește tot ce te înconjoară, în toate domeniile vieții tale, inclusiv succesul altor companii, ca și cum acestea ți-ar aparține! Dacă ideea de succes te face să te simți bine, oricui i-ar aparține acesta, tu îl atragi automat către tine!

Indiferent cu ce te ocupi, ai grijă ca valoarea pe care o *oferi* să fie cel puțin egală cu valoarea banilor pe care îi *primești* sub formă de salarii sau sub formă de profit. Dacă ceea ce oferi este mai puțin decât ceea ce primești, vei fi predestinat eșecului. Atunci când iei ceva de la altcineva, tu iei practic de la tine. De aceea, urmărește să dăruiești întotdeauna o valoare cel puțin egală cu cea pe care o primești. Dacă vei oferi o valoare chiar mai mare decât cea primită, cariera sau afacerea ta va înflori rapid.

Iubirea cunoaște nenumărate modalități de a-ți oferi ceea ce îți dorești

Banii nu sunt altceva decât un instrument care te poate ajuta să experimentezi ceea ce îți dorești în viață. Dacă te vei gândi la toate lucrurile pe care le-ai putea face cu banii dacă i-ai avea, te vei simți mult mai bine (și implicit, vei simți o iubire și o bucurie mult mai mare) decât dacă te vei gândi doar la bani. De aceea, imaginează-ți că deții deja toate lucrurile pe care ți le dorești, că faci deja tot ceea ce îți dorești să faci și că ai devenit deja ceea ce îți dorești să devii. Dacă vei proceda în acest fel, vei simți mult mai multă iubire decât dacă te vei gândi exclusiv la bani.

Forța de atracție a iubirii cunoaște nenumărate modalități prin care îți poate oferi ceea ce îți dorești. Una dintre ele este cea financiară, dar aceasta nu este nici pe departe singura. De aceea, nu face greșeala să crezi că banii reprezintă singura soluție pentru a primi ceea ce îți dorești. Acest mod de a gândi este limitat și nu va face decât să îți limiteze viața!

Spre exemplu, sora mea a atras în viața ei o mașină nouă printr-o suită absolut neobișnuită de evenimente. Pe când își conducea mașina, îndreptându-se către serviciu, a fost prinsă de o viitură neașteptată. Au apărut imediat echipajele de salvare, care au insistat să o ducă în brațe pe uscat, deși nivelul apei nu era periculos de mare. Evenimentul a fost mediatizat și a apărut chiar la știri. Amuzată de incident, sora mea s-a distrat și a râs tot timpul. Mașina ei a fost însă avariata dincolo de orice posibilitate de reparare. De aceea, asigurările au despăgubit-o oferindu-i un cec uriaș, care i-a permis să își cumpere o mașină nouă, la care visa de multă vreme.

Culmea este că sora mea își renova casa la vremea respectivă, așa că nu și-ar fi putut permite în niciun caz o mașină nouă. De aceea, nici măcar nu-i trecuse prin minte să își vizualizeze una. Ea a atras-o în viața ei pur și simplu pentru că o altă soră a noastră și-a cumpărat o mașină nouă, iar ea s-a bucurat pentru ea ca și cum ar fi fost mașina ei. Bucuria ei a fost atât de sinceră și de plină de iubire încât a activat instantaneu legea atracției, care a pus la rândul ei în mișcare circumstanțele și evenimentele necesare pentru ca sora mea să primească mașina viselor sale. Atât de mare este puterea iubirii!

Nimeni nu poate ști dinainte în ce fel va primi ceea ce își dorește, dar forța iubirii cunoaște aceste detalii. De aceea, renunță la vechiul tău mod de a gândi și cultivă-ți credința. Imaginează-ți că deții deja ceea ce îți dorești și bucură-te sincer. În acest fel, forța de atracție a iubirii va găsi modalitatea perfectă pentru ca tu să primești ceea ce îți dorești. Minte noastră rațională este limitată, dar nu și inteligența iubirii. Căile lui Dumnezeu sunt infinit mai misterioase decât ne imaginăm noi. Prin urmare, nu-ți limita viața crezând că banii reprezintă unica soluție pentru a obține ceea ce îți dorești. Nu fă din ei unicul tău obiectiv. Gândește-te întotdeauna la ceea ce îți dorești să devii, să ai și să faci. De pildă, dacă îți dorești o casă nouă, imaginează-ți și simte bucuria de a locui în ea. Dacă îți dorești haine frumoase, diferite aparate noi sau o mașină, să mergi la facultate, să te muți într-o altă țară, să studiezi muzica, actoria sau să faci sport – imaginează-ți toate aceste lucruri! În acest fel, acestea vor veni singure la tine, prin cele mai neașteptate modalități!

Regulile iubirii

În ceea ce privește banii nu există decât o singură regulă: nu pune niciodată banii mai presus de iubire. În caz contrar, vei încălca legea de atracție a iubirii și vei fi nevoit să suporti consecințele. Iubirea trebuie să fie și să rămână întotdeauna principala forță călăuzitoare din viața ta. Nicio altă dorință nu trebuie pusă mai presus de ea. Banii nu reprezintă decât un simplu instrument și pot fi atrași cu ajutorul iubirii, dar dacă îi vei pune mai presus de aceasta, viața va avea grijă să te corecteze oferindu-ți cele mai negative circumstanțe.

De pildă, nu-ți poți cultiva iubirea față de bani, manifestându-ți în același timp negativitatea față de ceilalți oameni, căci în acest fel vei deschide poarta către cele mai nefericite circumstanțe în domeniul relațiilor, al sănătății, al fericirii și chiar în cel financiar.

*„Dacă îți dorești să ai parte de iubire, află că singura modalitate de a obține iubirea constă în a o oferi.
Cu cât vei oferi mai multă iubire, cu atât mai mare va fi iubirea de care vei avea parte.
Singura modalitate de a oferi iubirea constă
în a te umple până la refuz cu vibrația ei,
până când ajungi să devii precum un magnet.”*

Charles Haanel (1866 – 1949)

Autor aparținând curentului Noua Gândire

Tu ești predestinat să obții toți banii necesari pentru a duce o viață cu adevărat împlinită. Menirea ta nu este să suferi din cauza lipsei banilor, căci suferința nu face decât să adauge și mai multă negativitate în această lume. Frumusețea vieții constă în faptul că atunci când pui pe primul loc iubirea, toți banii de care ai nevoie pentru a duce o viață împlinită vin singuri la tine.

AFIRMAȚII CARE EMANĂ PUTERE

- *Cea care pune în mișcare toți banii din lume este forța de atracție a iubirii. Orice om care oferă iubire prin faptul că se simte bine devine un magnet pentru atragerea banilor.*

- *Este ușor să îți dai seama ce simți în legătură cu subiectul banilor: dacă nu dispui de toate lucrurile de care ai nevoie și pe care ți le dorești, înseamnă că sentimentele tale față de bani sunt negative.*

- *Iubirea nu este numai forța care atrage banii în viața ta, ci și cea care te ajută să nu îi risipești.*

- *Atunci când îți plătești facturile, găsește o modalitate (oricare) de a te simți bine. Imaginează-ți că facturile tale sunt în realitate cecuri pe care le încasezi, sau aplică legea recunoștinței și mulțumește companiei care ți-a trimis factura pentru serviciile ei.*

- *Ori de câte ori primești o sumă de bani, oricât de mică ar fi aceasta, manifestă-ți recunoștința! Reține: recunoștința este cel mai mare multiplicator al lumii.*

- *Atunci când trebuie să faci o plată, urmărește să simți o stare de iubire, nu una negativă pentru că îți cheltuiești banii. Diferența dintre cele două atitudini este exact diferența dintre persoanele care au foarte mulți bani și cele care se luptă întreaga viață să își câștige traiul.*

- *Folosește-te de banii fizici pentru a-ți aduce aminte de conceptul de abundență. Imaginează-ți că partea din față a fiecărei bancnote reprezintă latura ei pozitivă, care simbolizează abundența.*

Ori de câte ori manipulezi bani (îi primești sau îi oferi), așează în mod deliberat bancnotele cu fața în sus.

- *Dacă ești capabil să te simți bine atunci când vine vorba de succes, indiferent de persoana la care face referire el, tu atragi automat succesul în viața ta!*

- *Oferă întotdeauna o valoare cel puțin egală cu cea a banilor pe care îi primești sub formă de salariu sau de profit. Dacă vei oferi o valoare chiar mai mare decât cea a banilor primiți, afacerea și cariera ta vor înflori.*

- *Banii nu sunt decât un instrument care îți permite să experimentezi toate lucrurile care îți plac. Forța de atracție a iubirii cunoaște nenumărate modalități prin care îți poate oferi ceea ce îți dorești. Banii nu reprezintă decât una dintre acestea.*

- *Imaginează-ți că ai devenit deja ceea ce dorești să devii, că ai deja ceea ce îți dorești să ai și că faci deja ceea ce îți dorești să faci.*

În acest fel, vei simți o iubire și o bucurie mult mai mari decât dacă te vei gândi tot timpul la bani.

- *Frumusețea vieții constă în faptul că atunci când pui pe primul loc iubirea, banii de care ai nevoie pentru a duce viața pe care ți-o dorești vin singuri la tine.*

PUTEREA ȘI RELAȚIILE

„Proiectează asupra oricărei persoane cu care intri în contact, indiferent cât de minor este acest contact, întreaga iubire, afecțiune și bunătate de care ești capabil, și fă acest lucru fără a aștepta nimic în schimb.

Dacă vei proceda în acest fel, viața ta nu va mai fi niciodată aceeași.”

Og Mandino (1923 – 1996) Autor

Iubirea este legea universală, care se aplică în toate domeniile vieții. În niciun alt domeniu nu este însă atât de evident acest lucru ca în domeniul relațiilor. Forței iubirii nu-i pasă în ce măsură cunoști sau nu o persoană, dacă aceasta îți este prieten sau dușman, o persoană dragă sau un necunoscut. Ei nu-i pasă dacă ai de-a face cu un coleg de muncă, cu un șef, cu un partener de afaceri, cu un părinte, cu un copil, cu un elev sau cu vânzătoarea care te servește la magazin. Indiferent cine este persoana cu care intri în contact, tu nu ai decât două posibilități: fie îți manifesti iubirea față de ea, fie nu. Și la fel ca întotdeauna, tu primești ceea ce dăruiești.

Relațiile reprezintă cel mai important canal al iubirii. De aceea, prin iubirea pe care o oferi în cadrul relațiilor tale interumane tu îți poți schimba în bine întreaga viață. Pe de altă parte, relațiile pot deveni cea mai mare capcană a vieții, căci foarte mulți oameni se folosesc de ele ca de pretextul suprem pentru a nu oferi iubire!

Ceea ce dăruiești altor oameni, îți dăruiești ție

Toți marii maeștri iluminați din istorie ne-au învățat să ne iubim semenii. Această lege nu are nimic de-a face cu codul manierelor elegante, cu etica sau cu morala, ci reprezintă însuși secretul suprem al vieții! Prin intermediul ei, marii maeștri ne-au descris de fapt legea atracției! Atunci când îți iubești cu adevărat semenii, viața ta se transformă devenind cu adevărat extraordinară. Altfel spus, atunci când îți iubești cu adevărat semenii, tu primești în schimbul iubirii tale exact viața pe care o meriți.

*„Întreaga lege poate fi sintetizată într-o singură poruncă:
iubește-ți aproapele la fel de mult ca pe tine însuși.”*

Sfântul Pavel (aproximativ 5 – 67)

Apostol creștin, în Scrisoarea către Galateni 5:14

Manifestă-ți întotdeauna iubirea față de semenii prin bunătate, încurajări, sprijin, recunoștință sau alte sentimente pozitive, iar aceasta se va întoarce la tine multiplicată, oferindu-ți ceea ce îți dorești în toate celelalte domenii ale vieții, inclusiv în cel al sănătății, în cel financiar, al fericirii și al carierei.

Invers, dacă îți vei proiecta negativitatea asupra semenilor tăi prin critici, mânie, nerăbdare sau alte sentimente mai puțin plăcute, această negativitate se va întoarce în mod garantat asupra ta! Mai mult decât atât, ea se va întoarce multiplicată, putând să îți afecteze întreaga viață.

Nu cealaltă persoană este responsabilă

Este foarte ușor să îți dai seama cât de multă iubire ai oferit până acum în planul relațiilor. Dacă te bucuri de o relație de cuplu sau de familie excelentă, înseamnă că iubirea și recunoștința pe care le-ai manifestat până în prezent au depășit negativitatea pe care ai emis-o. Invers, dacă ai parte de relații dificile sau dizarmonioase, înseamnă că ei emis mai multă negativitate decât iubire.

Foarte mulți oameni cred în mod greșit că o relație este bună sau rea din cauza celeilalte persoane, dar mecanismul vieții nu funcționează astfel. Degeaba îi spui forței iubirii: „Nu îmi voi oferi iubirea decât dacă o voi primi la rândul meu de la cealaltă persoană!” Viața nu oferă niciodată nimic decât celor care încep prin a dăruia vibrațiile respective! Tu primești exact ceea ce oferi. De aceea, singura persoană responsabilă pentru ceea ce primești ești chiar tu. Totul depinde de sentimentele tale.

Tu poți schimba chiar acum orice relație căutând lucrurile pe care le iubești, pe care le apreciezi și pentru care te simți recunoscător la cealaltă persoană. Dacă vei face efortul deliberat de a căuta mai degrabă lucrurile pozitive decât cele negative din viața celeilalte

persoane, în relația dintre tine și ea se va produce un miracol. La prima vedere, ți se va părea chiar că persoana s-a transformat într-o manieră de-a dreptul incredibilă. Adevărata cauză a transformării relației tale va fi însă forța iubirii, care are capacitatea de a dizolva orice negativitate, inclusiv cea manifestată în cadrul relațiilor. Tot ce trebuie să faci în acest scop este să îți descătușezi forța iubirii căutând lucrurile care îți plac la cealaltă persoană, și întreaga relație se va schimba!

Cunosc personal sute de relații care s-au transformat în bine prin puterea iubirii, dar unul dintre cazurile care m-au impresionat cel mai mult este cel al unei femei care s-a folosit de această putere pentru a-și restaura căsnicia aproape distrămată. Cazul mi s-a părut deosebit deoarece femeia își pierduse orice iubire față de bărbatul ei, pe care nici măcar nu îl mai suporta în preajmă. Acesta se plângea întotdeauna de tot și de toate, era bolnăvicios, deprimat și mândru, și îi abuza verbal pe ea și pe cei patru copii ai lor.

Când a aflat despre puterea iubirii, femeia s-a decis pe loc să își cultive starea de fericire în pofida problemelor căsniciei sale. Instantaneu, atmosfera din casa lor a devenit mai tolerabilă, iar relațiile femeii cu copiii ei s-au îmbunătățit radical. Ea și-a revăzut albumele cu fotografii de familie și și-a adus aminte de momentele frumoase de la începutul căsniciei sale. A luat chiar câteva dintre ele și le-a pus pe birou, astfel încât să le vadă în fiecare zi. S-a întâmplat apoi ceva uimitor. Femeia a început să simtă din nou iubirea pe care a avut-o cândva pentru soțul ei, iar aceasta s-a amplificat în scurt timp. A ajuns chiar să își iubească bărbatul mai mult decât îl iubise vreodată până atunci. Depresia și starea constantă de furie a acestuia au dispărut ca prin farmec, iar starea sa de sănătate a început să se îmbunătățească. De unde nu cu mult timp în urmă femeia dorea să plece cât mai departe de bărbatul ei, astfel încât să nu îl mai vadă niciodată, acum cei doi sunt aproape de nedespărțit, ca în prima tinerețe.

Iubirea înseamnă libertate

Unul din aspectele mai puțin înțelese în ceea ce privește iubirea oferită în cadrul unei relații și care îi împiedică pe foarte mulți oameni să se bucure de viața pe care și-o doresc este acela că iubirea

înseamnă libertate. Acest aspect pare greu de înțeles deoarece puțini oameni înțeleg de fapt ce înseamnă să le ofere celorlalți iubirea lor. Pentru a înțelege mai bine acest aspect, este important să spunem ce înseamnă să nu le oferi iubire semenilor tăi.

Atunci când încerci să îl schimbi pe celălalt așa cum dorești tu, cu siguranță *nu* îi oferi iubire! Atunci când ești convins că știi ce este bine pentru el mai bine decât el însuși, cu siguranță *nu* îi oferi iubire! Atunci când crezi că tu ai dreptate, iar celălalt greșește, cu siguranță *nu* îi oferi iubire! Orice formă de critică, de acuzare, lamentările, săcăielile și căutarea nodului în papură înseamnă că nu îi oferi celuilalt iubire!

„Ura nu poate fi cucerită de ură.

Ea nu poate fi cucerită decât de iubire.

Aceasta este legea eternă.”

Gautama Budda (563 – 483 Î. Ch.)

Fondatorul budismului

Doresc să îți împărtășesc o poveste pe care am aflat-o și care demonstrează cum trebuie să procedăm în cadrul relațiilor noastre. Soția unui bărbat l-a părăsit pe acesta, luând inclusiv copiii cu ea. Bărbatul s-a simțit devastat, și-a acuzat nevasta și a refuzat să îi accepte acesteia decizia. El a continuat să o contacteze, fiind ferm hotărât să facă tot ce îi stătea în puteri pentru a o readuce acasă. Poate că bărbatul era convins că acționa astfel din iubire, dar acțiunile sale nu erau deloc pline de iubire. El își acuza în permanență soția pentru destrămarea căsniciei lor, fiind convins că aceasta greșea, în timp ce el avea dreptate. De aceea, i-a refuzat acesteia dreptul de a decide pentru ea. În cele din urmă, ca urmare a hărțuielilor la care o supunea neîncetat, a fost arestat de poliție și trimis la închisoare.

Într-un târziu, bărbatul a înțeles că nu își manifesta iubirea față de soția sa atunci când îi contesta libertatea de a alege viața pe care și-o dorea. Mai mult decât atât, incapacitatea sa de a-i oferi soției sale libertatea de a alege l-a costat propria sa libertate (la propriu). Legea atracției este sinonimă cu legea iubirii și nimeni nu o poate încălca fără a suporta consecințele. Cine o violează se condamnă singur.

Am dorit să relatez această poveste deoarece foarte puțini oameni sunt capabili să accepte cu seninătate destrămarea relațiilor lor.

Nimeni nu are însă dreptul de a-i interzice altui om libertatea de a alege viața pe care și-o dorește, întrucât acest mod de a proceda nu are nimic de-a face cu iubirea. De bună seamă, este foarte dificil să accepți atunci când te simți sfâșiat în interiorul tău, dar trebuie totuși să îi respecti celuilalt dreptul la liberul său arbitru, în ultimă instanță, ceea ce îi oferi se va întoarce asupra ta, iar dacă îi negi dreptul legitim de a face propriile alegeri vei atrage în viața ta circumstanțe care te vor împiedica la rândul lor să îți manifesti liberul arbitru. Acest lucru se poate întâmpla în orice domeniu de viață, nu neapărat în cel al relațiilor. De pildă, este posibil să atragi mai puțini bani, să te îmbolnăvești, să îți pierzi slujba (sau o promovare). Pe scurt, ți se poate întâmpla ceva care îți va afecta propria libertate. Așa cum spuneam mai devreme, pentru legea atracției nu ești decât tu. „Cealaltă persoană” nu există pentru ea. Tu primești exact ceea ce oferi.

Desigur, a-ți iubi semenii nu înseamnă să le permiți să te calce în picioare sau să te abuzeze în vreun fel, căci nici aceste acțiuni nu au nimic de-a face cu iubirea.

Atunci când îi permiți unei alte persoane să se folosească de tine, tu nu o ajuți nici pe ea, nici pe tine. Iubirea nu este niciodată slabă, iar legea ei este implacabilă, învățându-ne să ne maturizăm și să creștem.

De aceea, legea iubirii ne obligă să experimentăm întotdeauna consecințele faptelor noastre.

Așadar, dacă lăsăm pe altcineva să ne calce în picioare, noi nu ne manifestăm în niciun caz iubirea față de el. Soluția este alta: noi trebuie să ne ridicăm propria frecvență de vibrație pe cel mai înalt nivel posibil, urmărind să ne simțim cât mai bine, iar legea atracției are grijă să rezolve sigură situația în locul nostru.

*„Ori de câte ori cineva mă insultă,
încerc să îmi ridic sufletul suficient de sus
pentru ca insulta să nu îl atingă.”*

René Descartes (1596 – 1650)

Matematician și filozof

Secretul relațiilor

Viața ne prezintă cele mai variate circumstanțe, pentru a le putea alege pe cele pe care le preferăm. Printre altele, ea ne prezintă diferiți oameni pentru ca noi să putem alege lucrurile care ne plac la ei, astfel încât să putem întoarce spatele aspectelor care ne displac. De bună seamă, dacă o persoană ne displace complet, noi nu trebuie să inventăm calități pe care nu le are, ci doar să ne distanțăm de ea, fără a-i oferi niciun fel de sentimente negative.

A te distanța de cineva care nu îți place înseamnă a te simți relaxat, nu iritat, în preajma sa. Înseamnă a conștientiza că viața îți oferă astfel posibilitatea de a face o alegere. Nu are niciun rost să te cerți cu el pentru a-i dovedi că greșește, să îl acuzi sau să îl învinovățești, ori să încerci să îl schimbi pornind de la premisa că tu ești cel care are dreptate. Niciuna din aceste atitudini și comportamente nu are nimic de-a face cu iubirea. Dimpotrivă!

*„Sufletul tău este hrănit atunci când ești bun
și este distrus atunci când ești crud.”*

Regele Solomon (aproximativ Sec. X Î. Ch.)

Rege biblic al Israelului, în Proverbe 11:17

Atunci când te situezi pe frecvența iubirii, singurii oameni care pot intra în viața ta sunt cei care emană aceeași frecvență.

Așa cum tu ai zile în care te simți fericit și altele în care te simți iritat sau trist, manifestând astfel cele mai variate ipostaze, la fel au și ceilalți oameni, inclusiv cei cu care întreții relații. Dincolo de aceste ipostaze se află însă întotdeauna aceeași persoană. De aceea, dacă te vei simți fericit, oamenii pe care îi cunoști vor avea tendința să îți prezinte ipostaza lor fericită. Nu poți beneficia însă de această ipostază decât dacă începi prin a fi tu însuși fericit!

Desigur, asta nu înseamnă că tu ești responsabil în vreun fel pentru fericirea celorlalți oameni. Fiecare este responsabil pentru viața sa, inclusiv pentru fericirea de care se bucură. Legea atracției are însă grijă ca atunci când te simți fericit să atragi inevitabil ipostazele fericite ale oamenilor cu care ai de-a face.

„Fericirea noastră depinde numai de noi.”

Aristotel (384 – 322 Î. Ch.)

Filozof și savant grec

Consilierii personali în domeniul relațiilor

Una din modalitățile prin care poți ieși dintr-o stare de iritare atunci când te afli într-o relație dificilă constă în a ți-l imagina pe celălalt ca fiind „consilierul tău personal în domeniul relațiilor”. Forța iubirii îți prezintă tot felul de astfel de consilieri, deghizați sub forma unor oameni obișnuiți, care te învață să îți controlezi emoțiile și să optezi întotdeauna pentru iubire!

Unii oameni nu se dovedesc niște consilieri foarte buni în domeniul emoțional, întrucât nu apasă niciodată pe butoanele tale dureroase, fiind ușor de iubit. Alții sunt însă niște consilieri foarte duri, forțându-te să îți depășești limitele la fel cum procedează de multe ori antrenorii sportivi. Deși relația cu ei poate părea dificilă, ei sunt cei care te pot ajuta să devii mai puternic, făcându-te să alegi iubirea chiar și în cele mai dificile circumstanțe.

Consilierii personali în domeniul emoțional pot folosi cele mai variate strategii și tactici pentru a te pune la încercare, dar lucrul pe care trebuie să îl reții este că toate aceste provocări au unicul scop de a te determina să optezi întotdeauna pentru iubire, și nu pentru negativitate și acuzații. Unii consilieri te pot provoca să îi judeci pe ei sau pe alții, dar ai grijă să nu cazi în această capcană. Judecata critică este întotdeauna negativă și nu are nimic de-a face cu iubirea. De aceea, dacă ești incapabil deocamdată să iubești calitățile pozitive ale unei anumite persoane, mai bine distanțează-te de ea, dar fără a o critica și fără a o acuza.

Alți consilieri te pot testa altfel, provocându-te să te simți furios, plin de ură sau dornic de răzbunare. Evită aceste stări de spirit și caută întotdeauna numai lucrurile care îți plac în viață. Unii consilieri pot încerca chiar să te facă să te simți vinovat, nedemn sau plin de teamă. Nu cădea în niciuna din aceste capcane, căci negativitatea de orice fel nu are nimic de-a face cu iubirea.

„Ura paralizează viața; iubirea o eliberează.

Ura aruncă viața în confuzie; iubirea o armonizează.

Ura întunecă viața; iubirea o iluminează.”

Martin Luther King Jr. (1929 – 1968)

Pastor baptist și lider al Mișcării pentru Drepturile Omului

Dacă îți vei imagina oamenii din viața ta ca pe niște consilieri în domeniul relațiilor personale, acest lucru te va ajuta să treci mai ușor de relațiile dificile. Numai consilierii duri te pot face mai puternic și mai hotărât să optezi pentru iubire în orice condiții. Dincolo de toate, ei îți transmit mesajul că ai intrat pe o frecvență de vibrație negativă, din care nu vei putea ieși decât dacă te vei simți mai bine! Nimeni nu poate intra în viața ta și nu te poate afecta într-un sens negativ dacă nu ai deja aceeași frecvență de vibrație. Atât timp cât te afli pe frecvența iubirii, acești oameni nu te pot afecta, indiferent cât de puternici sau de negativiști sunt.

Ceilalți oameni își joacă pur și simplu rolul de consilieri personali în domeniul relațiilor, la fel ca și tine. În realitate nu există dușmani, ci doar mari consilieri personali, care te pot ajuta să ajungi la rândul tău mare.

Legea atracției este foarte molipsitoare

Legea atracției este foarte molipsitoare. Dacă te bucuri pentru norocul unei alte persoane, norocul ei trece imediat la tine! Dacă apreciezi sau admiri un talent sau o calitate la o altă persoană, acestea au tendința să ți se transfere. Același mecanism funcționează însă și invers: dacă te gândești sau discuți despre calitățile negative ale unei alte persoane, acestea se lipsesc imediat de tine, iar singurul responsabil ești tu.

Legea atracției răspunde la sentimentele *tale*. Tu primești numai ceea ce oferi. De aceea, dacă îi pui o etichetă unei alte persoane, unei circumstanțe sau unui eveniment din viața ta, tu îți lipești singur aceeași etichetă de frunte, și exact de lucrul respectiv vei avea parte în viitor.

Din fericire, această veste este una bună, căci ea înseamnă că poți atrage în viața ta tot ceea ce îți place la ceilalți oameni, spunând da

lucrurilor respective din toată inima! Așa cum spuneam, lumea exterioară este catalogul din care poți alege articolele favorite, iar dacă vei înțelege corect cum funcționează puterea iubirii tale, îți vei face o ocupație cu normă întreagă din a observa tot ce îți place la ceilalți oameni.

Aceasta este cea mai ușoară modalitate de a-ți schimba întreaga viață, cu mult mai ușoară decât efortul și suferința. Tot ce trebuie să faci este să remarci lucrurile care îți plac la ceilalți oameni și să te bucuri sincer pentru ei, evitând lucrurile care îți displac la ei fără a le oferi sentimentele tale.

Ce poate fi mai ușor decât atât?

*„Am făcut primul pas cu un gând bun,
al doilea pas cu un cuvânt bun,
iar al treilea pas cu o faptă bună,
și astfel am ajuns în Paradis.”*

Cartea lui Arda Viraf (aproximativ sec. VI)

Text religios zoroastrian

Și bârfa este la fel de molipsitoare

La prima vedere bârfa pare inocentă, dar ea poate genera foarte mult rău în viața oamenilor. De aceea, ea nu are nimic de-a face cu iubirea. Dimpotrivă, ea echivalează cu emanarea unor vibrații negative, iar cei care bârfesc au parte exact de aceleași vibrații în viața lor. În realitate, bârfa nu le face rău celor bârfiți, ci bârfitorilor!

Atunci când vorbești cu un membru de familie sau cu un prieten și acesta îți spune ceva negativ despre o cunoștință comună, el se află pe frecvența de vibrație negativă a bârfei. Atât timp cât îl asculți tu te afli pe aceeași frecvență de vibrație, căci este imposibil să asculți ceva negativ fără a asocia sentimente negative cuvintelor auzite. În mod similar, atunci când vorbești cu un coleg de serviciu bârfind pe cineva, amândoi emanați negativitate. Nimeni nu poate rosti sau asculta un mesaj negativ păstrându-și sentimentele pozitive!

De aceea, este foarte important să nu ne băgăm nasul acolo unde nu ne fierbe oala, respectiv în treburile altor oameni, dacă nu dorim să ne molipsim exact cu calitățile criticate!

Dacă nu dorești ca o persoană, o situație sau un eveniment neplăcut să te afecteze, întoarce-i spatele fără a simți nimic. În acest fel, îți vei face nu doar ție un serviciu, ci și persoanelor cu care ești tentat să bârfești și care nu sunt conștiente de efectele negative molipsitoare pe care le poate avea bârfa.

Dacă te trezești că ai început să bârfești pe cineva sau că discuți cu o persoană care bârfește, oprește-te chiar în mijlocul frazei și spune imediat: „Pe de altă parte, îi sunt recunoscător persoanei respective pentru...” Continuă spunând ceva bun despre persoana pe care ai bârfit-o mai devreme.

*„Dacă cineva vorbește sau acționează cu gând rău,
durerea îl urmează. Dacă el vorbește sau acționează
cu un gând curat, el va fi urmat de fericire
ca de o umbră care nu îl va mai părăsi niciodată.”*

Gautama Budda (563 – 483 Î. Ch.)

Fondatorul budismului

Reacția ta reprezintă o alegere

Așa cum spuneam, viața îți prezintă diferite persoane și circumstanțe pentru ca tu să poți alege dintre ele ceea ce îți place și ceea ce nu-ți place. Ori de câte ori reacționezi în fața unei persoane, a unei circumstanțe sau a unui eveniment, reacția ta va avea inclusiv o componentă emoțională, care se va întoarce apoi asupra ta. De aceea, această reacție reprezintă de fapt o alegere! Indiferent dacă este pozitivă sau negativă, reacția ta îți va afecta în continuare viața, molipsindu-te. Cu alte cuvinte, prin felul în care reacționezi, tu afirmi de fapt că îți dorești mai mult din vibrația respectivă! De aceea, ești foarte important să îți supraveghezi reacțiile în viața relațională, întrucât ele reprezintă emoții pe care le emani (fie ele pozitive sau negative) și care vor atrage în viața ta circumstanțe aflate pe aceeași frecvență de vibrație (care te vor face să te simți la fel).

Dacă cineva spune sau face ceva și te trezești că te simți iritat, insultat sau de-a dreptul furios, fă tot ce îți stă în puteri pentru a-ți schimba imediat reacția negativă. Simplul fapt că ai devenit conștient de reacția ta negativă este adeseori suficient pentru a diminua puterea sentimentelor negative, și de multe ori chiar pentru a le

neutraliza complet. Dacă simți totuși că aceste sentimente negative continuă să te afecteze, cel mai bine este să te îndepărtezi și să petreci câteva minute amintindu-ți de lucrurile pe care le iubești în mod natural, până când începi să te simți mai bine. De pildă, îți poți aminti de muzica ta preferată, de hobby-urile tale sau de orice alte lucruri (obiecte materiale, acțiuni sau persoane) pe care le iubești. Dacă te simți capabil, te poți gândi chiar la aspectele pozitive ale persoanei care te-a scos din minți. Acest lucru nu este întotdeauna ușor, dar dacă îl poți face, el va accelera mult procesul de schimbare a frecvenței tale de vibrație. Mai mult, aceasta este cea mai rapidă cale de a deveni maestrul sentimentelor tale!

„Omul care se controlează poate pune în mod deliberat capăt unei stări de tristețe și își poate inventa oricând o plăcere. Eu nu doresc să fiu la mila emoțiilor mele, ci doresc să mă folosesc de ele, să mă bucur de ele și să le domin.”

Oscar Wilde (1854 – 1900)

Autor și poet

Tu poți schimba orice situație negativă din viața ta, dar nu atât timp cât îi porți resentimente. Atât timp cât vei continua să reacționezi negativ față de ea, propriile tale emoții vor amplifica și vor multiplica negativitatea cu care te confrunți. Dacă îți vei schimba starea de spirit, trecând la sentimente mai pozitive, acestea vor amplifica și vor multiplica imediat tot ce este pozitiv în viața ta. Chiar dacă te afli într-o situație neplăcută și nu vezi nicio ieșire din impas, forța iubirii găsește întotdeauna modalitatea cea mai potrivită!

Iubirea este un scut

Dacă nu dorești să fii afectat de negativitatea altor persoane, amintește-ți de câmpul magnetic al emoțiilor (aura) care înconjoară orice om. Există un câmp magnetic al iubirii, unul al bucuriei, unul al fericirii, unul al recunoștinței, unul al pasiunii, unul al entuziasmului etc., după cum există și un câmp magnetic al furiei, altul al descurajării, altul al frustrării, altul al urii, altul al dorinței de răzbunare etc.

Un om înconjurat de câmpul magnetic al furiei nu se simte niciodată bine. De aceea, dacă te afli în apropierea lui, el va avea

tendința să își direcționeze furia asupra ta. Chiar dacă nu își propune în mod intenționat să îți facă rău, el nu mai percepe nimic frumos atunci când privește lumea înconjurătoare prin filtrul furiei sale. După cum spune expresia populară, el „vede roșu în fața ochilor” și este predispus să își reverse furia asupra primei persoane care îi iese în cale, inclusiv asupra unei persoane dragi. Ți se pare cumva familiară această situație?

Dacă te simți excepțional de bine, forța câmpului tău magnetic creează în jurul tău un scut pe care nicio vibrație negativă nu îl poate penetra. De aceea, negativitatea celor din jurul tău nu te poate atinge, alunecând pe lângă scutul tău emoțional fără să te afecteze în niciun fel.

Pe de altă parte, dacă cineva îți spune ceva neplăcut și te simți atins, este bine să fii conștient că nivelul tău de vibrație a scăzut, întrucât negativitatea celeilalte persoane a trecut de bariera scutului tău emoțional. În astfel de cazuri nu merită să faci decât un singur lucru: să te scuzi politicos și să pleci, urmărind să îți ridici din nou nivelul de vibrație personal. Două câmpuri aflate pe aceeași vibrație se amplifică rapid atunci când intră în contact, iar dacă vibrația respectivă este negativă, nimic bun nu poate ieși din această situație. Cu siguranță cunoști acest lucru din experiența ta personală: două câmpuri negative care interacționează nu reprezintă deloc un lucru plăcut!

*„Dacă este lăsată să se liniștească,
apa plină cu mâl devine curată.”
Lao Tzu (sec. VI Î. Ch., aproximativ)
Fondatorul taoismului*

Dacă te simți trist, dezamăgit, frustrat sau dacă ai orice altă trăire negativă, înseamnă că percepi lumea exterioară prin filtrul vibrației respective. De aceea, întreaga lume ți se va părea tristă, dezamăgitoare sau frustrantă. Atunci când privești lumea prin filtrul sentimentelor negative, este imposibil să vezi ceva frumos sau bun în ea. Este foarte ușor să intri astfel într-o spirală descendentă, căci această stare de spirit va continua să atragă în viața ta persoane, evenimente și circumstanțe negative, și peste toate nu îți va fi deloc ușor să găsești soluții pentru problemele tale atât timp cât nu îți vei schimba starea de spirit. Schimbarea stării de spirit este infinit mai

ușoară decât încercarea de a schimba circumstanțele exterioare. De fapt, nicio acțiune fizică executată în lumea exterioară nu va putea schimba vreodată situația în care te afli. În schimb, dacă îți vei schimba starea emoțională de spirit, circumstanțele exterioare se vor schimba de la sine!

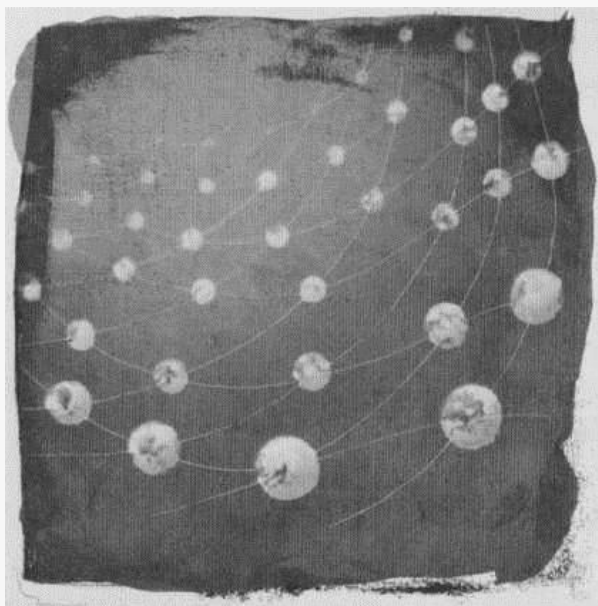
„Puterea provine din interiorul nostru, dar noi nu o putem primi până când nu o dăruim.”

Charles Haanel (1866 – 1949)

Autor aparținând curentului Noua Gândire

Atunci când cineva este înconjurat de câmpul magnetic al bucuriei, simpla sa intrare într-o încăpere este suficientă pentru a lumina atmosfera. Oamenii populari și cu personalități magnetice sunt întotdeauna cei care se simt bine în pielea lor. Bucuria care îi înconjoară este atât de puternică încât atrage pe toată lumea în jurul lor.

Pe scurt, cu cât te vei simți mai bine și cu cât mai multă iubire vei emana, cu atât mai magnetic și mai dilatat va deveni câmpul care te înconjoară, atrăgând în viața ta toate persoanele și circumstanțele care îți sunt pe plac! Imaginează-ți cum ar putea fi viața ta...



Iubirea este puterea care conectează totul

*„Când toți oamenii din lume vor ajunge să se iubească
unii pe alții, cei puternici nu îi vor mai asupra pe cei slabi,
majoritatea nu va mai asupra minoritățile,
cei bogați nu îi vor mai asupra pe cei săraci,
cei faimoși nu îi vor mai disprețui pe cei umili,
iar cei vicleni nu îi vor mai amăgi pe cei inocenți.”*

Mozi (aproximativ 470-391 î. Ch.)

Filozof chinez

Tu ai în fiecare zi nenumărate ocazii de a le oferi celorlalți oameni iubirea ta prin intermediul sentimentelor pozitive. Ori de câte ori te simți fericit, tu le transmiți celor din jur o stare pozitivă de iubire, care se va întoarce apoi asupra ta într-o măsură mult mai mare decât îți imaginezi la ora actuală.

Dacă îi transmiți unui alt om o stare pozitivă de spirit, iar el reușește să o transmită mai departe, la fel ca un bulgăre de zăpadă, toată această pozitivitate se va întoarce asupra ta, indiferent cât de departe a călătorit ea. În acest fel, nu numai că vei primi înapoi iubirea pe care i-ai dăruit-o primei persoane, dar vei primi întreaga iubire care a fost transmisă mai departe, unui număr de oameni care poate fi nelimitat! Această vibrație înaltă se va întoarce la tine deghizată sub forma unor persoane, evenimente și circumstanțe pozitive care îți vor transforma radical viața în bine.

În mod similar, dacă influențezi negativ o altă persoană într-o asemenea măsură încât aceasta reușește să își transmită negativitatea inclusiv altor persoane, toată această negativitate se va întoarce asupra ta, sub forma unor circumstanțe negative care îți vor afecta situația financiară, cariera, starea de sănătate sau relațiile. Așa cum spuneam, tu primești întotdeauna ceea ce oferi.

*„Dacă ești afectat negativ de o situație exterioară,
durerea ta nu se datorează situației propriu-zise,
ci reacției tale în fața ei. Din fericire, tu îți poți revizui
oricând dorești această reacție.”*

Marcus Aurelius (121 – 180)

Împărat roman

Ori de câte ori te simți plin de entuziasm, fericit și bine dispus, aceste sentimente pozitive îi influențează pe toți cei din jurul tău. Chiar dacă interferezi doar câteva momente cu o persoană într-un magazin, în autobuz sau în lift, buna ta dispoziție îi poate influența starea de spirit, iar efectul acestei transformări asupra propriei tale vieți va fi uluitor.

*„Reține: nu există acte minore de bunătate.
Fiecare astfel de faptă generează efecte în lanț,
care nu se vor sfârși niciodată.”*

Scott Adams (N. 1957)

Creator de benzi desenate

Iubirea este întotdeauna soluția pentru toate problemele tale relaționale. Tu nu vei putea îmbunătăți niciodată o relație cu ajutorul negativității. De aceea, aplică Procesul Creator în cazul relației pe care dorești să o transformi și oferă-i celeilalte persoane iubirea ta pentru a o putea primi la rândul tău. Aplică Cheile Puterii în cazul particular al relațiilor tale. Observă toate lucrurile care îți plac și întoarce-ți spatele celor care nu îți sunt pe plac. Imaginează-ți că ai o relație perfectă pe vibrația supremă a iubirii și încearcă să simți acest lucru. Dacă ți se pare dificil să te simți bine atunci când vine vorba de relația ta, iubește cât mai mult celelalte persoane și situații din jurul tău și încearcă să nu mai observi aspectele negative ale relației tale.

Iubirea poate face minuni! Tot ce trebuie să faci tu este să te simți bine, iar negativitatea care îți afectează relația va dispărea de la sine. Ori de câte ori te confrunți cu o situație neplăcută în cadrul relației tale, soluția este întotdeauna iubirea! Situația se va rezolva apoi prin modalități pe care la ora actuală nu le poți bănuși, dar se va rezolva cu siguranță, atât timp cât îți vei păstra starea pozitivă de spirit.

Mesajul pe care ni l-au transmis Lao Tzu, Buddha, Iisus, Mahomed și alte ființe iluminate a fost cât se poate de explicit și de limpede: iubiți!

AFIRMAȚII CARE EMANĂ PUTERE

• *Indiferent cu ce persoană intri în contact, tu ai de ales între două extreme: fie îi oferi iubirea ta, fie nu. Ceea ce îți va oferi viața în continuare depinde de alegerea ta.*

• *Oferă-le iubire semenilor tăi prin gesturile tale pline de bunătate, prin sprijinul pe care li-l acorzi, prin recunoștința ta sau prin orice alte sentimente pozitive, iar aceste vibrații înalte se vor întoarce în viața ta multiplicată sub forma circumstanțelor pozitive care îți vor afecta toate domeniile vieții.*

• *Caută întotdeauna aspectele pozitive din relația ta și observă-le într-o măsură mai mare decât pe cele negative. Dacă vei proceda astfel, cealaltă persoană va părea că se transformă sub ochii tăi.*

Pur și simplu nu o să-ți vină să crezi ce se întâmplă.

• *Atunci când încerci să schimbi o altă persoană, convins că știi ce este mai bine pentru ea, sau atunci când crezi că tu ai dreptate și ea nu, tu nu îi oferi iubirea ta!*

• *La fel, critica, acuzațiile, lamentările și săcâielile nu reprezintă acte de iubire față de celelalte persoane!*

• *Dacă dorești să te confrunți cu ipostazele fericite ale celorlalți oameni, trebuie să fii fericit tu însuși!*

• *Forța iubirii îți prezintă diferiți consilieri personali în domeniul relațiilor, deghizați sub forma unor oameni obișnuiți, care te învață să optezi întotdeauna pentru iubire!*

• *Tu poți atrage în viața ta tot ceea ce îți place admirând și apreciind sincer aceste lucruri (calități, obiecte, situații) la ceilalți oameni care dispun deja de ele!*

• *Este imposibil să vorbești sau să asculți lucruri negative și să te simți bine în același timp!*

• *Viața îți prezintă diferite persoane și circumstanțe, pentru ca tu să le poți alege pe cele care îți plac și pentru a le putea evita pe cele care nu îți plac. Această alegere se face prin reacțiile tale, dublate de sentimentele tale!*

- *Tu nu poți schimba o situație negativă atât timp cât aceasta te deranjează. Dimpotrivă, dacă vei continua să reacționezi negativ în fața ei, sentimentele tale negative vor atrage și vor multiplica negativitatea din viața ta.*

- *Atunci când te simți fantastic de bine, forța câmpului tău magnetic creează în jurul tău un scut impenetrabil, pe care nicio vibrație negativă nu îl mai poate străpunge.*

- *Este mult mai ușor să îți schimbi starea de spirit decât să încerci să schimbi circumstanțele din lumea exterioară. Schimbă-ți sentimentele și vei schimba astfel circumstanțele exterioare.*

- *Cu cât dăruiești mai multă iubire și cu cât te simți mai bine, cu atât mai puternic și mai dilatat devine câmpul tău magnetic, atrăgând în viața ta tot ceea ce iubești.*

PUTEREA ȘI STAREA DE SĂNĂTATE

*„Adevărații vindecători ai bolii
sunt forțele naturale dinlăuntrul nostru.”
Hippocrate (aproximativ 460 – 370 Î. Ch.)
Părintele medicinei occidentale*

Ce înseamnă să fii sănătos? Poate crezi că sănătatea înseamnă să nu fii bolnav, dar în realitate ea înseamnă mult mai mult decât atât. Atât timp cât te simți relativ bine și nu ai probleme deosebit de grave de sănătate nu înseamnă că ești sănătos.

A fi sănătos înseamnă să te simți așa cum se simt copiii mici, a căror energie dă pe afară în fiecare zi. Corpurile lor sunt ușoare și flexibile, iar mișcărilor lor sunt lipsite de efort. Articulațiile lor sunt elastice, mintea lor este limpede, iar ei se simt fericiți și lipsiți de griji și de stres. Somnul lor este profund și senin, iar atunci când se trezesc se simt perfect odihniți și regenerați, de parcă s-ar naște într-un corp nou. Copiii privesc cu entuziasm și cu pasiune fiecare nouă zi. Nu vei putea înțelege ce înseamnă cu adevărat starea de sănătate decât dacă vei privi cum se comportă și cum se simt copiii mici. Așa te-ai simțit și tu cândva, și așa ar trebui să te simți inclusiv *în prezent!*

Acest lucru nu este deloc imposibil, căci forța iubirii ne pune tuturor la dispoziție o rezervă infinită de energie și de sănătate! Nimeni și nimic nu ne împiedică vreodată să ne bucurăm de aceste lucruri. Noi putem avea cu ajutorul ei toate lucrurile pe care ni le dorim, inclusiv o stare perfectă de sănătate, dar în acest scop trebuie să deschidem poarta pentru a o putea primi!

Tu ce crezi?

*„Căci omul este așa cum crede el în inima sa.”
Regele Solomon (aproximativ Sec. X Î. Ch.)
Rege biblic al Israelului, în Proverbe 23:7*

Aceste cuvinte sunt pline de înțelepciune, dar la ce se referă ele? Ce înseamnă „așa cum crede el în inima sa”?

Ceea ce crezi în inima ta înseamnă ceea ce crezi că este adevărat. Convingerile nu sunt altceva decât gânduri repetate de foarte multe ori, cărora le sunt asociate sentimente puternice. Astfel de gânduri pot fi: „Obişnuiesc să răcesc foarte ușor”, „Am un stomac foarte sensibil”, „Îmi este foarte greu să slăbesc”, „Sunt alergic la cutare produs”, „Cafeaua mă ține treaz.” Toate aceste afirmații exprimă anumite convingeri, nu anumite realități. Orice convingere reprezintă o decizie fermă, o închidere a ușii urmată de aruncarea cheii, un verdict care nu mai lasă loc pentru alte deliberări sau negocieri. Ceea ce crezi că este adevărat *chiar este* adevărat pentru tine, indiferent dacă respectiva convingere îți este benefică sau îți face rău. Legea atracției transformă întotdeauna în realitate convingerile tale.

Foarte mulți oameni au mai multe convingeri negative asociate cu boala decât convingeri pozitive asociate cu starea de sănătate. De altfel, acest lucru nici nu este de mirare, dat fiind accentul care se pune în mass-media și în cultura noastră pe boală. Cu toate progresele medicinei, incidența bolilor nu face decât să crească în permanență, întrucât oamenii au devenit din ce în ce mai temători în fața lor.

Cum arată balanța sentimentelor tale legate de starea de sănătate? Prevalează sentimentele tale pozitive, asociate cu ea, în fața celor negative, asociate cu boala? Ești într-o măsură mai mare convins că te vei bucura pe termen lung de sănătate, sau crezi în inevitabilitatea bolii? În cazul în care ești absolut convins că trupul se deteriorează cu vârsta și că bolile sunt inevitabile, aceasta este vibrația pe care o emiți, iar legea atracției va face tot ce îi va sta în puteri pentru a-ți confirma convingerile, oferindu-ți circumstanțe care îți vor afecta starea de sănătate.

*„Căci lucrul de care mă tem vine peste mine,
iar ceea ce mă îngrozește cade asupra mea.”*

Iov 3:25

Efectul placebo, bine cunoscut în medicină, este cel mai bun exemplu al puterii convingerilor noastre. Experimentele au arătat că dacă unui grup de persoane i se administrează medicamente active

pentru tratarea unei anumite boli, iar altuia doar pastile de zahăr care nu conțin substanțe active, fără a li se spune însă pacienților adevărul, cei din grupul placebo obțin de multe ori rezultate semnificativ mai bune în îmbunătățirea condiției lor, respectiv în diminuarea sau dispariția simptomelor bolii. Aceste rezultate uimitoare, obținute de fiecare dată în astfel de experimente, demonstrează puterea incredibilă a convingerilor noastre asupra organismului. Ca de obicei, noi primim ceea ce îi *oferim* corpului nostru prin convingerile și sentimentele noastre foarte puternice.

Emoțiile pe care le simți afectează fiecare celulă și fiecare organ al corpului tău. Ori de câte ori nutrești sentimente pozitive, tu îi oferi corpului iubirea ta, iar acesta îți răspunde printr-o stare de sănătate mai bună. Invers, ori de câte ori nutrești sentimente negative, tensiunea ta psihică silește nervii și celulele să devină tensionate, echilibrul chimic al corpului să se schimbe, vasele de sânge să se contracte, iar respirația ta să devină superficială, fapt care reduce vitalitatea organelor și corpului tău. De fapt, boala nu înseamnă altceva decât o stare prelungită de disconfort al organismului ca urmare a stresului, grijilor și fricii.

*„Emoțiile tale îți afectează fiecare celulă a corpului.
Mintea și corpul, sau lumea mentală și cea fizică,
sunt înlănțuite și imposibil de separat.”*

Thomas Tutko (N. 1931)

Autor și psiholog sportiv

Lumea interioară a corpului tău

În interiorul tău există o întreagă lume! Pentru a înțelege puterea pe care o ai asupra corpului tău, este necesar mai întâi să înțelegi cum funcționează acest Univers interior, aflat în întregime sub comanda ta!

Toate celulele din corpul tău au un anumit rol de jucat și colaborează împreună cu unicul scop de a-ți da ție viață. Unele celule sunt liderele anumitor regiuni sau organe particulare și controlează activitatea tuturor celorlalte celule din regiunea lor, care poate fi inima, creierul, ficatul, rinichii sau plămânii. Celulele-șefe ale unui organ le supraveghează pe toate celelalte celule din organul respectiv,

asigurând ordinea și armonia la nivelul acestuia, pentru ca el să poată funcționa normal. Alte celule patrulează de-a lungul celor circa 100.000 de kilometri de vase sanguine din corpul tău, pentru a menține ordinea și pacea. Ori de câte ori se produce un dezechilibru, cum ar fi o zgârietură pe piele, aceste celule dau imediat alarma, iar cele mai apropiate echipe de intervenție intervin și repară țesuturile avariate. În cazul zgârieturii, prima echipă care intervine este cea care coagulează sângele și care are scopul de a opri hemoragia. Urmează apoi alte echipe de intervenție, care repară țesuturile pielii și cele musculare afectate de rană.

Dacă anumiți intruși cum ar fi virusurile sau bacteriile pătrund în organism, celulele memoriei copiază imediat tiparul invadatorilor. Acesta este verificat apoi în banca lor de date pentru a vedea în ce măsură se potrivește cu tiparele altor intruși din trecut, iar dacă este descoperită o astfel de similitudine, celulele memoriei alertează imediat echipele de intervenție specifice, care îi atacă pe invadatori. Dacă nu descoperă nicio similitudine, celulele memoriei deschid un dosar nou și introduc în el datele intrușilor, după care alertează toate echipele de apărare ale organismului. Echipa care are succes în oprirea și distrugerea invadatorilor este înregistrată apoi de celulele memoriei în noul dosar. În acest fel, dacă intrușii se întorc mai târziu, ele vor ști imediat ce echipă trebuie să alerteze și care este cel mai potrivit mecanism de apărare al corpului.

Dacă una din celulele corpului începe (dintr-un motiv sau altul) să își modifice comportamentul, încetând să mai lucreze pentru binele comunității, celulele de pază alertează echipele de salvare, care intervin și repară celula avariata. În cazul în care aceasta din urmă are nevoie de o anumită substanță chimică pentru a fi vindecată, remediul este luat chiar din farmacia naturală a corpului. Toți oamenii au un laborator farmaceutic complet în interiorul lor, care poate produce orice substanță necesară pentru vindecare.

Celulele organismului nostru lucrează așadar în echipă, 24 de ore pe zi, șapte zile pe săptămână, pe întreaga durată a vieții noastre. Unicul lor scop este de a menține viața și sănătatea corpului nostru. În medie, noi avem 100 de mii de miliarde de celule, care lucrează nonstop pentru a ne menține viața! Toate aceste celule se află sub comanda noastră, ascultând de gândurile, de sentimentele și de convingerile noastre.

Celulele cred tot ceea ce crezi tu despre corpul tău. Ele nu îți pun nicio clipă la îndoială gândurile, sentimentele sau convingerile, pe care le percep întocmai.

Spre exemplu, dacă nutrești convingerea că: „Am întotdeauna rău de avion atunci când călătoresc”, celulele percep această afirmație ca pe o comandă și trec de îndată la transpunerea în practică a instrucțiunilor tale. Dacă ești convins că ai o problemă cu greutatea, celulele consideră convingerea ta o poruncă și fac tot ce le stă în puteri pentru a-ți menține condiția supraponderală. Dacă te temi că te poți îmbolnăvi de o afecțiune virală, celulele primesc mesajul tău și creează imediat simptomele bolii. Pe scurt, celulele răspund la toate comenzile tale, aceasta fiind maniera legii atracției de a opera în interiorul corpului tău.

*„Creează-ți imaginea perfectă a fiecărui organ,
iar umbra bolii nu te va mai atinge niciodată.”*

Robert Collier (1885 – 1950)

Autor aparținând curentului Noua Gândire

Așadar, decide-te ce anume îți dorești și ce anume îți place. Celulele tale sunt cei mai loiali slujitori pe care îi ai și îți ascultă comenzile fără crâcnire. De aceea, tot ceea ce gândești și ce simți devine pentru corpul tău o lege imuabilă. Dacă dorești să te simți la fel de bine ca pe vremea când erai copil, spune-le celulelor tale: „Astăzi mă simt excepțional de bine”, „Dispon de foarte multă energie” „Am o vedere perfectă”, „Pot mânca orice doresc, păstrându-mi greutatea optimă”, „Dorm în fiecare noapte ca un prunc.” Tu ești conducătorul suprem al regatului tău interior și tot ceea ce gândești și ce simți devine o lege pentru acesta.

Puterea inimii tale

*„Privind lucrurile dintr-o anumită perspectivă,
omul este un microcosmos al Universului.*

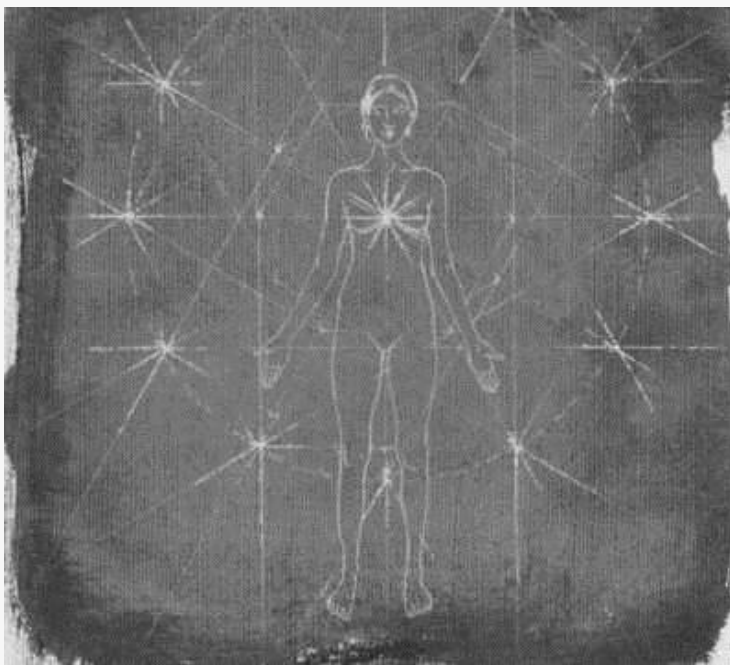
*De aceea, studiind ceea ce este omul,
putem obține indicii referitoare la Univers.”*

David Bohm (1917 – 1992)

Fizician cuantic

Interiorul corpului tău reprezintă o hartă perfectă a sistemului solar și a Universului. Inima ta simbolizează soarele, respectiv centrul sistemului tău corporal. Organele tale simbolizează planetele. Așa cum planetele depind de soare pentru a-și păstra echilibrul și armonia, organele corpului tău depind de inima ta pentru a-și păstra acest echilibru și această armonie.

Oamenii de știință de la Institutul HeartMath din California au demonstrat că sentimentele sincere de iubire, de apreciere și de recunoștință stimulează puternic sistemul imunitar, amplifică secreția substanțelor chimice vitale, și implicit vitalitatea și vigoarea corpului, reduc nivelul hormonilor stresului, presiunea arterială excesivă, anxietatea și vinovăția, și îmbunătățesc mecanismele de reglare a glucozei în cazul diabeticilor. În plus, iubirea creează îmbunătățirea ritmului cardiac (în cazul existenței unor neregularități ale acestuia). Cercetătorii de la HeartMath au demonstrat că inima are un câmp magnetic de 5000 de ori mai puternic decât cel al creierului, cu o rază de câțiva metri în jurul corpului.



Alți savanți au revoluționat modul nostru de a înțelege felul în care influențează iubirea starea noastră de sănătate, făcând experimente cu ajutorul apei. Ce are de-a face apa cu starea de sănătate? Ei bine, corpul nostru este alcătuit în proporție de 70% din apă! În interiorul craniului, apa atinge un procentaj de 80%!

Cercetătorii din Rusia, Japonia, Europa și din Statele Unite au descoperit că prin expunerea apei în fața unor cuvinte și sentimente pozitive cum ar fi iubirea și recunoștința, acest lucru nu numai că amplifică nivelul energetic al apei, dar însăși structura chimică a acesteia se modifică în sensul unei mai mari armonii. Cu cât sentimentele pozitive la care este expusă apa sunt mai elevate și mai nobile, cu atât mai frumoase și mai armonioase devin cristalele de apă atunci când aceasta este înghețată. Invers, atunci când apa este expusă unor emoții negative, cum ar fi ura, nivelul energetic al apei se reduce, iar în structura ei chimică intervin schimbări haotice, care o distorsionează.

Dacă emoțiile umane pot schimba structura apei, îți poți imagina cu ușurință ce efecte produc ele asupra stării tale de sănătate! Îți reamintesc în această direcție că celulele corpului tău sunt alcătuite în cea mai mare parte din apă! Ele conțin această apă și sunt înconjurate în întregime de ea.

Îți poți imagina impactul iubirii și al recunoștinței asupra corpului tău? Îți poți imagina puterea acestor două sentimente pozitive de a-ți restabili starea de sănătate? Ori de câte ori simți o stare de iubire, aceasta modifică și armonizează structura chimică a apei din cele 100.000 de miliarde de celule ale corpului tău!

Cum trebuie folosită puterea iubirii pentru a avea o sănătate perfectă

*„Acolo unde iubirea este maximă,
miracolele sunt întotdeauna posibile.”*

Willa Cather (1873 – 1947)

Romancieră, laureată a premiului Pulitzer

Dacă dorești să îți îmbunătățești starea de sănătate, adică să te bucuri de sănătatea pe care o iubești, trebuie mai întâi de toate să oferi iubire! Dacă ești bolnav sau predispus către boală, emite gânduri și sentimente pozitive legate de starea de sănătate, căci numai iubirea poate restaura armonia la nivelul organismului. Este imposibil să emiți gânduri și sentimente negative legate de boală, și în același timp să te vindeci. Dacă îți urăști boala sau te temi de ea, tu emiți automat vibrații negative, iar boala ta nu se va putea vindeca niciodată pe deplin. Invers, atunci când gândurile și resentimentele tale reflectă ceea ce îți place, ceea ce iubești și ceea ce apreciezi, celulele tale primesc mesajul tău de armonie și reacționează prin restaurarea stării tale de sănătate. Pe scurt, ori de câte ori te gândești la ceea ce nu-ți place (susținându-ți gândurile prin sentimentele tale), nivelul de vitalitate al celulelor tale scade! Nu contează dacă gândurile tale nu au nimic de-a face cu corpul sau cu starea de sănătate; dacă emiți o vibrație negativă pe un subiect oarecare, tu îți reduci singur vitalitatea celulară. În schimb, atunci când te umpli de iubire pentru cineva sau ceva, chiar dacă este vorba de o simplă zi însoțită, de o casă nouă, de o promovare sau de un prieten, corpul tău se încarcă imediat cu vitalitate.

Așa cum spuneam, recunoștința este cel mai mare multiplicator dintre toate. De aceea, *mulțumește* în fiecare zi pentru sănătatea de care te bucuri. Starea de sănătate nu poate fi cumpărată nici chiar cu toți banii din lume, căci ea reprezintă un dar al vieții. De aceea, fii recunoscător pentru sănătatea de care te bucuri, mai mult decât pentru orice altceva! Aceasta este cea mai bună asigurare de sănătate pe care o poți achiziționa vreodată, căci recunoștința garantează automat starea de sănătate!

Nu-i mai căuta nod în papură corpului tău, ci fii recunoscător pentru el, exact așa cum este. Ori de câte ori ai tendința să te gândești la anumite aspecte corporale care îți displac, amintește-ți că apa din interiorul celulelor tale receptează ceea ce simți. Mai bine spune mulțumesc pentru toate aspectele care îți plac la corpul tău și ignoră-le pe celelalte.

„Iubirea generează întotdeauna și mai multă iubire.”

Sfânta Tereza din Avila (1515 – 1582)

Călugăriță, mistică și scriitoare

Înainte de a consuma un aliment sau de a bea apă, privește alimentul sau apa cu iubire și cu recunoștință. Urmărește să nu vorbești niciodată de lucruri negative atunci când mănânci.

Binecuvântează mâncarea pe care o consumi, căci acest gest simbolizează iubirea și recunoștința pentru hrana primită. Prin binecuvântarea ei, tu îi schimbi practic structura chimică, și implicit efectele ei asupra apei din organismul tău. Binecuvântarea apei cu iubire și cu recunoștință are un efect similar. Sentimentele tale pozitive pot schimba structura chimică a apei din orice aliment. De aceea, folosește-te de puterea lor.

Folosește-te de puterea iubirii și a recunoștinței inclusiv atunci când primești un tratament medicamentos. Dacă îți poți imagina că te simți bine, tu poți *simți* efectiv acest lucru, și astfel îți poți restabili starea de sănătate. Pe scurt, dacă dorești să te vindec, tot ce trebuie să faci este să emiți gânduri și sentimente pline de iubire într-o proporție mai mare de 50%. Este suficient ca acest procent să fie de 51% pentru a înclina balanța în sensul vindecării de boală.

Ori de câte ori îți faci niște analize medicale, fie generale, fie specifice, cum ar fi verificarea tensiunii, un control la ochi, este foarte important să urmărești să ai o stare de spirit pozitivă în timpul analizelor, dacă dorești ca rezultatul să fie cât mai bun pentru tine. Legea atracției face ca rezultatul unor analize medicale să urmeze starea ta de spirit atunci când le-ai făcut. De aceea, dacă dorești să obții rezultatul pozitiv pe care ți-l dorești, este absolut necesar să îți cultivi o stare de spirit pozitivă atunci când îți faci analizele. Așa funcționează viața în toate domeniile. Ea nu se petrece pur și simplu. Rezultatul oricărei situații din viața ta depinde de frecvența ta de vibrație, respectând astfel întocmai legea atracției! Așadar, dacă dorești să obții rezultate cât mai bune la analizele medicale făcute, imaginează-ți că ai obținut deja aceste rezultate și că ele sunt pozitive. Teoretic, aceste rezultate pot fi bune sau rele, dar dacă dorești ca ele să fie bune, trebuie să te situezi pe o frecvență de vibrație pozitivă.

„Posibilitățile și miracolele înseamnă același lucru.”

Prentice Mulford (1834 – 1891)

Autor aparținând curentului Noua Gândire

Imaginează-ți și simte că te bucuri de o stare de sănătate perfectă. Dacă dorești să îți îmbunătățești vederea, gândește-te cu iubire la o vedere perfectă și imaginează-ți că dispui deja de ea. În mod similar, gândește-te cu iubire la un auz perfect și imaginează-ți că dispui deja de el. Gândește-te cu iubire la o greutate corporală optimă, la un corp perfect sau la un organ sănătos, și imaginează-ți că dispui deja de acestea. Fii recunoscător pentru ele! Corpul tău este dispus să îți îndeplinească orice dorință, dar numai dacă o încarci cu iubire și cu recunoștință.

Cunosc o tânără căreia i s-a spus că suferă de o boală de inimă foarte rară. În acel moment, întregul ei univers lăuntric s-a prăbușit. Deși până atunci se simțise perfect, dintr-odată a început să se simtă slabă și fragilă. În urma diagnosticului, ea a început să își vadă în negru întregul viitor, fiind convinsă că nu va mai putea duce o viață sănătoasă și normală. Cel mai rău îi părea pentru cele două fetițe ale ei, care aveau să rămână fără mamă. Din fericire, femeia s-a decis să facă tot ce îi stătea în puteri pentru a-și vindeca boala.

Începând din acel moment, ea a refuzat să mai cultive vreodată gânduri legate de inima ei șubredă. Și-a pus în fiecare zi mâna dreaptă pe inimă și și-a imaginat-o sănătoasă și puternică. În fiecare dimineață, când se trezea, își începea ziua mulțumind plină de recunoștință pentru inima ei puternică. A început să își imagineze frecvent o scenă în care medicii cardiologi îi spuneau că s-a vindecat complet. A făcut toate aceste lucruri zilnic, timp de patru luni la rând. La următorul control pe care și l-a făcut, medicii au rămas uluiți: oricâte teste i-au făcut, acestea au indicat o stare de sănătate perfectă a inimii sale.

Această femeie a aplicat în mod corect legea atracției sau legea iubirii. Ea nu s-a gândit în permanență la diagnosticul primit, încărcându-și câmpul magnetic personal cu sentimente negative, ci a optat pentru a se gândi plină de iubire la o inimă sănătoasă, pe care legea atracției i-a și oferit-o. Dacă suferi de o boală, procedează la fel ca și ea: nu-ți asuma boala prin gândurile și prin sentimentele tale negative. Nu îți urî și nu-ți detesta boala, căci acest lucru înseamnă să îți proiectezi negativitatea asupra ei. Mai bine gândește-te plin de iubire la sănătate în general, la sănătatea ta în particular, și apoi asumă-ți această stare de sănătate.

*„Ferește-te să îți focalizezi mintea asupra bolii.
Gândește-te la putere și la vitalitate,
și astfel le vei atrage către tine.
Gândește-te la sănătate, și astfel te vei bucura de ea.”*
Prentice Mulford (1834 – 1891)
Autor aparținând curentului Noua Gândire

Ori de câte ori simți o stare de iubire pentru starea ta de sănătate, forța iubirii elimină negativitatea din corpul tău! Dacă îți vine greu să te simți bine atunci când te gândești la starea de sănătate, focalizează-ți iubirea asupra altor aspecte. Înconjoară-te cu tot ceea ce-ți place și folosește-te de aceste lucruri pentru a te simți cât mai bine cu putință. Folosește-te de orice pretext din lumea exterioară pentru a-ți cultiva starea de iubire. Uită-te la filmele care te fac să râzi și să te simți bine, nu la cele care te deprimă, care te întristează sau care te fac să te simți tensionat. Ascultă melodii care te relaxează și pe care le iubești. Roagă-ți prietenii să îți spună bancuri sau să îți povestească diferite momente amuzante din viața lor. Pe scurt, fă tot ceea ce îți place, căci tu cunoști cel mai bine lucrurile pe care le preferi și care te fac fericit. Înconjoară-te cu aceste lucruri și urmărește să te simți cât mai bine cu putință. Nu uita să te folosești inclusiv de Procesul Creator. Aplică Cheile Puterii. Amintește-ți că nu trebuie decât să treci pragul celor 51% din gândurile și sentimentele tale pline de iubire pentru a trece de la boală la sănătate!

Dacă dorești să ajuți o altă persoană care este bolnavă, folosește-te de Procesul Creator și imaginează-ți că persoana respectivă se simte mai bine. Deși legea atracției se aplică la nivel individual, depinzând de vibrațiile pe care le emite persoana în cauză, tu o poți ajuta să își ridice propria frecvență de vibrație și să își restabilească astfel starea de sănătate.

Frumusețea se naște din iubire

*„Atunci când iubirea se amplifică în tine,
frumusețea se amplifică la rândul ei.
Căci iubirea nu este altceva decât frumusețea sufletului.”*
Sfântul Augustin din Hippo (354 – 430)
Teolog și Episcop

La baza oricărei forme de frumusețe stă iubirea. Ție îți stă la dispoziție o frumusețe nelimitată. Din păcate, marea majoritate a oamenilor își critică trupul și îi găsesc diferite defecte într-o măsură mai mare decât îl apreciază. Dacă îți vei căuta defectele personale și dacă te vei simți nefericit din cauza lor nu vei atrage niciodată frumusețea în viața ta! Dimpotrivă, nu vei atrage decât mai multe defecte și mai multă nefericire.

La ora actuală, industria frumuseții a atins o cifră uriașă de afaceri, generând profituri incredibile. În realitate, noi avem la dispoziție o sursă infinită de frumusețe, din care ne putem hrăni în fiecare secundă, cu o singură condiție: să ne manifestăm iubirea! Cu cât vei fi mai fericit, cu atât mai frumos vei arăta. Cearcănele îți vor dispărea, pielea ți se va netezi și va începe să strălucească, părul ți se va îngroșa și va deveni mai puternic, ochii tăi vor câpăta un luciu specific, iar culoarea lor se va intensifica. Dar mai presus de orice, vei constata că oamenii sunt atrași către tine oriunde te-ai duce. Aceasta este poate cea mai bună dovadă că frumusețea se naște din iubire.

Vârsta ta este vârsta pe care o simți

Textele din vechime afirmă că au existat epoci în care oamenii trăiau sute și sute de ani. Patriarhii din Biblie (epoca lui Adam) au trăit până la vârste de 800–900 de ani, iar în alte epoci au existat oameni care au trăit până la 500–600 de ani. În acele vremuri, longevitatea era considerată firească și naturală. Ce anume s-a schimbat între timp? Convingerile oamenilor! În loc să creadă că pot trăi sute și sute de ani, oamenii și-au schimbat convingerile de la o generație la alta și au început să creadă că nu mai pot trăi decât câteva zeci de ani.

Noi am moștenit aceste convingeri ale unei speranțe reduse de viață. Aceste convingeri ne-au fost inoculate încă de la naștere și au devenit una cu însăși urzeala minții și sufletului nostru. Am ajuns să ne programăm astfel corpul încă de la cea mai fragedă vârstă să trăiască numai un anumit interval de timp, iar corpul nostru ne ascultă întocmai.

„Nu există niciun element biologic care să indice inevitabilitatea morții. Acest lucru îmi sugerează că moartea nu este deloc un fenomen inevitabil și că nu va mai trece mult timp până când biologii vor descoperi care sunt factorii exteriori care ne fac să îmbătrânim și să murim.”

Richard Feynman (1918 – 1988)

Fizician cuantic, laureat al premiului Nobel

Dacă îți stă în puteri, nu îți mai impune nicio limită vieții. Este suficient ca un singur om să depășească așteptările generale legate de speranța de viață pentru a schimba convingerile întregii umanități. Ceilalți oameni îl vor urma unul după altul, căci este suficient ca un singur om să depășească cu mult speranța medie de viață pentru ca alți oameni să creadă că pot face același lucru și chiar să îl facă.

Dacă ești convins și simți că procesul de îmbătrânire și de deteriorare fizică este inevitabil, acesta chiar devine inevitabil. Celulele, organele și corpul tău în ansamblul lui ascultă întru totul de convingerile și de sentimentele tale. De aceea, *simte-te* tânăr și oprește procesul de îmbătrânire. Gândește-te că acest proces nu este decât o convingere asumată și un program pe care i l-ai inoculat corpului tău. Tu poți schimba acest program oricând dorești, prin schimbarea convingerilor tale!

Cum pot fi schimbate aceste convingeri? Simplu: prin iubire! Convingerile negative, cum ar fi cele legate de limitările personale, de îmbătrânire sau de boală nu au nimic de-a face cu iubirea. Atunci când te simți bine și când emani iubire, înalta vibrație a acesteia dizolvă orice negativitate, inclusiv convingerile negative care nu îți sunt de niciun folos.

„Adevăratul elixir al vieții este iubirea care se revarsă asupra tuturor. Acesta este izvorul longevității fizice. Procesul de îmbătrânire este întotdeauna provocat de lipsa acestei iubiri.”

Josiah Gilbert Holland (1819 – 1881)

Autor

Iubirea este sinonimă cu adevărul

Pe vremea când erai copil, te simțeai flexibil și elastic tocmai pentru că nu aveai atât de multe convingeri negative legate de viață. Pe măsură ce ai avansat în vârstă, tu ți-ai asumat și ai acceptat din ce în ce mai multe convingeri și sentimente legate de propria ta limitare și negativitate, care te-au făcut să devii mai rigid și mai puțin flexibil. O astfel de viață nu este deloc extraordinară; este doar o banală viață limitată.

Cu cât iubești mai mult, cu atât mai mare devine capacitatea iubirii tale de a dizolva negativitatea din corpul și din mintea ta. Acest lucru se întâmplă ori de câte ori te simți fericit, recunoscător și bucurous, și este foarte ușor de simțit! Un om fericit se simte ușor, invincibil, „În al nouălea cer”!

Dacă vei începe să emiți din ce în ce mai mult vibrația iubirii, vei constata că trupul tău începe să se schimbe. Mâncarea va căpăta un gust mai bun, culorile vor deveni mai strălucitoare, sunetele mai clare, alunițele și celelalte semne de pe corpul tău vor avea tendința să cadă și să dispară, iar trupul tău va deveni din ce în ce mai flexibil. Dacă vei experimenta aceste miracole la nivelul corpului tău, nu vei mai avea nicio îndoială că iubirea este adevărata sursă a stării de sănătate!

Iubirea stă la baza oricărui miracol

Miracolele nu sunt altceva decât forța iubirii în acțiune. Ele apar atunci când ne îndepărtăm de negativitate și când ne focalizăm asupra iubirii. Chiar dacă ai fost un pesimist întreaga ta viață, nu este niciodată prea târziu să îți schimbi starea de spirit.

Cunosc pe cineva care obișnuia să se descrie cu seninătate ca fiind un pesimist. Când a primit vestea că soția sa aștepta al treilea copil, el nu s-a putut gândi la altceva decât la impactul negativ pe care îl va avea copilul asupra vieților lor. Din păcate, el nu s-a gândit nicio clipă la impactul pe care îl vor avea gândurile și sentimentele sale negative asupra vieții sale.

La jumătatea sarcinii, soția sa a trebuit internată la spital, iar medicii i-au făcut o operație pentru a extrage fătul. Trei specialiști diferiți au declarat că după numai 23 de săptămâni de gestație, fătul nu avea nicio șansă de supraviețuire. Bărbatul de care vorbesc s-a simțit îngenușat. Cu toate gândurile sale negative, nu își imaginase niciodată că ar putea pierde un copil.

După operație, el a fost dus la incubator pentru a i se arăta copilul. Era cel mai mic făt pe care îl văzuse vreodată. Avea numai 25 de centimetri lungime și o greutate de 340 de grame. Personalul medical a încercat să pună în funcțiune plămânii copilului cu ajutorul unui sistem de ventilație, dar pulsul acestuia scădea rapid. Medicii i-au repetat tatălui că nu mai puteau face nimic. Atunci, bărbatul a strigat în sinea sa: „Te rog!!” Exact în acel moment, plămânii copilului au început să funcționeze, iar pulsul său a crescut.

Au trecut astfel mai multe zile. Toți medicii din spital au continuat să declare că micuțul nu va supraviețui, dar bărbatul care a fost un pesimist toată viața a început să își imagineze cum ar fi dacă fiul său ar supraviețui. În fiecare seară înainte de culcare, el își imagina lumina iubirii strălucind deasupra copilului său. Dimineața, când se trezea, îi mulțumea lui Dumnezeu pentru că fiul său a supraviețuit.

Cu fiecare nouă zi copilul a continuat să facă progrese, depășind toate obstacolele din calea sa. După patru luni petrecute la terapie intensivă, cei doi soți și-au putut lua acasă copilul căruia medicii îi acordaseră zero la sută șanse de supraviețuire.

Așa cum spuneam, la baza oricărui miracol stă iubirea.

AFIRMAȚII CARE EMANĂ PUTERE

• Corpul reacționează în funcție de convingerile și de sentimentele tale cele mai intense. Vibrația acestora saturează fiecare celulă și fiecare organ al corpului tău.

• Tu ești conducătorul suprem al regatului tău interior, iar celulele tale sunt supușii tăi cei mai loiali, care te slujesc necondiționat.

Tot ceea ce gândești și ceea ce simți devine legea imuabilă a acestui regat – legea de care ascultă corpul tău.

• Ori de câte ori te gândești la ceea ce nu-ți place (dublându-ți gândurile cu emoții negative caracteristice), forța vitală a celulelor tale scade! Ori de câte ori te gândești cu iubire la ceva – poate fi vorba de o simplă zi însorită, de o casă nouă, de o promovare sau de un prieten – corpul tău debordează de vitalitate.

• Recunoștința este marele multiplicator natural. De aceea, mulțumește zilnic pentru sănătatea de care te bucuri.

• Spune un mulțumesc sincer pentru toate aspectele legate de corpul tău care îți plac și ignoră aspectele care nu îți plac la el.

• Dacă dorești să îți îmbunătățești starea de sănătate, ai grijă ca gândurile tale pline de iubire față de starea de sănătate să depășească procentul de 51% din totalul gândurilor tale. Trecerea acestui prag procentual echivalează cu trecerea de la boală la sănătate.

• Dacă te confrunți cu o boală, fă tot ce îți stă în puteri pentru a nu ți-o asuma prin gândurile și prin sentimentele tale. Gândește-te tot timpul la sănătate în general, la propria ta sănătate în particular, și asumă-ți această condiție.

• Gândește-te cu iubire la o greutate ideală, la un corp perfect, la o sănătate desăvârșită a organelor tale. Imaginează-ți că dispui deja de aceste lucruri și simte-te recunoscător pentru acest lucru.

• Dacă ești convins că organismul se va deteriora cu vârsta, tu emiți această convingere, iar legea atracției creează circumstanțele care o confirmă.

• Simte-te tânăr. Urmărește să nu îți mai simți vârsta reală.

• Cultivă iubirea și recunoștința, iar corpul tău se va transforma așa cum îți dorești.

PUTEREA ȘI TU

„Puterea de a fi fericit, de a avea parte numai de lucruri bune și de tot ce avem nevoie în viață se află în fiecare dintre noi. Această putere interioară este nelimitată.”

Robert Collier (1885 – 1950)

Autor aparținând curentului Noua Gândire

Tot ceea ce există are o anumită frecvență de vibrație. Absolut totul! Fiecare cuvânt are o astfel de frecvență, fiecare sunet, fiecare culoare, fiecare copac, fiecare animal, fiecare plantă, fiecare substanță minerală și fiecare obiect material. Orice aliment și orice lichid are o anumită frecvență de vibrație. De asemenea, orice loc, orice oraș și orice țară. Elementele naturii: aerul, focul, apa și pământul, au astfel de frecvențe de vibrație. Starea de sănătate, bolile, abundența, sărăcia, succesul și eșecul – toate au frecvențe de vibrație specifice. Orice eveniment, orice situație și orice circumstanță are o anumită frecvență de vibrație. Chiar și numele tău are o astfel de frecvență. Dar numele real al frecvenței tale de vibrație este ceea ce simți! Sentimentele tale atrag în viața ta *toate* celelalte circumstanțe, pe aceeași frecvență ca și ele.

Spre exemplu, dacă te simți fericit mai multă vreme, tu atragi în viața ta persoane, circumstanțe și evenimente fericite. Dacă te simți stresat mai multă vreme, tu atragi în viața ta persoane, circumstanțe și evenimente stresante, care îți amplifică starea de spirit. Cu siguranță ai constatat acest lucru atunci când te grăbeai din cauză că te aflai în întârziere. Grabei îi corespunde un sentiment negativ. De aceea, atunci când te grăbești mai tare din cauză că te afli în întârziere totul pare să concureze pentru a te întârzia și mai tare. În cale îți apar cele mai bizare obstacole cu unicul scop de a te întârzia. Așa funcționează legea atracției.

Înțelegi acum cât de important este să te simți bine înainte de a-ți începe propriu-zis ziua? Dacă nu îți faci timp dimineața la prima oră pentru a-ți cultiva o stare de spirit pozitivă, este posibil ca ziua respectivă să nu îți ofere prea multe motive de bucurie.

Atunci când ți se întâmplă un eveniment neplăcut este mult mai

greu să îl modifici, întrucât te afli deja în fața lui, așa că nu ai cum să nu crezi în el! De aceea, este mult mai bine să îți cultivi din timp o stare de spirit pozitivă astfel încât un astfel de eveniment să nu se producă deloc. Tu poți schimba orice aspect din viața ta prin schimbarea sentimentelor tale, dar acest proces este infinit mai ușor atunci când tot ceea ce ți se întâmplă este bun și frumos!

Privește filmul vieții tale

Viața este fermecată! În fiecare zi ți se întâmplă o sumedenie de lucruri minunate, dar pentru a le sesiza trebuie să *le privești* la fel de concentrat ca atunci când te uiți la un film. Dacă te uiți la un film și îți lași atenția să fie distrasă de un telefon ori dacă adormi, tu ratezi ceea ce se întâmplă în continuare. La fel se petrec lucrurile și cu filmul vieții tale, care se derulează în permanență pe ecranul momentului prezent. Dacă ești pe jumătate adormit și nu ești atent la ceea ce se întâmplă în fața ta, tu riști să ratezi mesajele pe care le primești și sincronicitățile care se petrec în viața ta, vorbindu-ți în permanență, călăuzindu-te și direcționându-te!

Viața comunică cu tine! Ea îți vorbește! În viață nu există accidente sau coincidențe. Fiecare zi are propria ei frecvență de vibrație și tot ceea ce ți se întâmplă are aceeași frecvență ca și tine în momentul respectiv. Tot ceea ce vezi în fața ta – fiecare culoare, fiecare semn, fiecare persoană și fiecare obiect – tot ceea ce auzi, toate circumstanțele și toate evenimentele care ți se întâmplă în momentul prezent vibrează pe aceeași frecvență ca și tine.

*„Această conexiune este atât de uluitoare încât pare
că însuși Creatorul a conceput rețeaua electrică
a acestei planete.”*

Nikola Tesla (1856-1943)

Inventatorul radioului și al curentului alternativ

Atunci când conduci mașina și vezi un echipaj de poliție, tu devii automat mai atent. Cu siguranță, există un motiv pentru care echipajul de poliție ți-a apărut în momentul de față, iar mesajul care îți este transmis este: „Fii atent!” Poate că apariția lui înseamnă și altceva, dar pentru a afla ce anume trebuie să te întrebi: „Ce îmi transmite acest simbol?” Poliția reprezintă legea și ordinea, așa că apariția echipajului de poliție ar putea însemna că ceva nu este în

ordine în viața ta. Poate fi vorba de un lucru minor, cum ar fi faptul că ai uitat să îți suni un prieten de la care ai primit un mesaj pe robot sau că nu i-ai mulțumit cuiva pentru un serviciu.

Dacă auzi sirena unei ambulanțe, ce îți transmite acest lucru? Oare îți atrage atenția să te simți recunoscător pentru faptul că ești sănătos? Îți reamintește cumva să mulțumești pentru sănătatea celor dragi? Ce îți transmite o mașină de pompieri care trece pe lângă tine? Nu cumva există în viața ta un foc (simbolic) pe care trebuie să îl stingi? Sau poate dimpotrivă, că trebuie să îți reaprini iubirea? Tu ești singurul om care poate înțelege semnificația mesajelor simbolice pe care ți le transmit evenimentele din viața ta, dar în acest scop trebuie să începi prin a fi atent la ele și prin a-ți pune întrebări. Numai așa vei putea primi răspunsurile pe care le cauți și vei putea descifra semnificația simbolică a lucrurilor care ți se întâmplă.

Tu primești în permanență mesaje și un feedback continuu. De altfel, le-ai primit de-a lungul *întregii* tale vieți! În ceea ce mă privește, dacă aud conversația altor persoane care se întâmplă să stea lângă mine, consider că aceasta are o semnificație inclusiv pentru mine; în caz contrar, nu aș fi auzit aceste cuvinte. Pornesc întotdeauna de la premisa că ele reprezintă un mesaj pentru mine, că au o anumită relevanță pentru viața mea și că îmi oferă un feedback de care mă pot folosi. Dacă mă aflu într-o călătorie și îmi iese în cale un panou, citesc cuvintele de pe el și încerc să descifrez semnificația lor pentru mine, în ce fel sunt semnificative ele pentru viața mea. De vreme ce am apucat să le citesc, este evident pentru mine că mă aflu pe aceeași frecvență de vibrație ca și ele. În caz contrar, nu le-aș fi observat...

Fiecare lucru care mă înconjoară de-a lungul unei zile îmi vorbește personal, oferindu-mi diferite mesaje. De pildă, dacă remarc că oamenii din jurul meu nu zâmbesc și nu se simt foarte fericiți, îmi dau seama că frecvența mea de vibrație a scăzut. Drept urmare, îmi amintesc imediat de toate lucrurile care îmi plac, până când starea mea de spirit devine mai luminoasă.

„Dacă dorim să vedem în jurul nostru o schimbare, trebuie să începem prin a ne schimba noi înșine în sensul dorit.”

Mahatma Gandhi (1869 – 1948)

Lider politic indian

Simbolul tău secret

Una din manierele de a te juca cu legea atracției constă în a-i cere dovezi concrete ale forței iubirii. Gândește-te la ceva ce îți place și consideră-l un simbol al forței iubirii. Ori de câte ori vezi sau auzi acest simbol, conștientizează faptul că forța iubirii se află alături de tine. Personal, am ales ca simbol orice lumină scânteietoare. De aceea, ori de câte ori văd lumina soarelui sau o reflexie a acesteia, mă gândesc la faptul că forța iubirii se află alături de mine. Ori de câte ori mă simt plină de bucurie și de iubire, sesizez imediat o scânteiere sau o lumină unde în jurul meu. Sora mea folosește ca simbol curcubeul și ori de câte ori se umple de recunoștință sau de iubire sesizează în jurul ei o reflexie luminoasă descompusă în culorile curcubeului. Alte simboluri pe care le poți folosi sunt stelele, aurul, argintul sau orice altă culoare, un animal, o pasăre, un copac sau o floare pe care o iubești foarte mult. La fel de bine, poți opta pentru anumite cuvinte sau sunete. Important este să alegi ceva care îți place foarte, foarte mult.

Dacă dorești, îți poți alege inclusiv un simbol pe care să îl consideri un avertisment din partea forței iubirii, care îți transmite prin intermediul lui să fii mai atent. De fapt, tu primești mesaje și avertismente tot timpul. Atunci când îți cade ceva din mână, când te împiedici, când ți se agață haina de ceva sau când te ciocnești de cineva sau de un obiect, tu primești practic un mesaj de avertisment care îți spune să nu mai gândești ceea ce gândești și să nu mai simți ceea ce simți în momentul de față! Așa cum spuneam, nu există accidente sau coincidențe. Întreaga viață se desfășoară pe principiul sincronicităților, căci tot ceea ce există are la bază o frecvență energetică. Aceasta este fizica vieții și a Universului.

„Atunci când privesc sistemul solar, constat că Pământul este situat la distanța cea mai potrivită de Soare, astfel încât să primească exact atâta căldură și lumină câtă are nevoie pentru a susține viața de pe el.

Acest lucru nu poate fi întâmplător.”

Isaac Newton (1643 – 1727)

Matematician și fizician

Viața este fermecătoare

Există o relație între iubire și fiecare dintre noi, iar aceasta este cea mai uimitoare și mai fermecătoare relație care poate exista vreodată. Doresc să îți împărtășesc cum îmi trăiesc eu fiecare zi în parte ținând cont de această cunoaștere.

Atunci când mă trezesc dimineața, mă simt recunoscătoare pentru că sunt în viață, pentru tot ceea ce am și pentru toate persoanele din viața mea. Îmi petrec 15 minute în fiecare dimineață simțind iubire și transmițând această vibrație lumii întregi.

Îmi imaginez apoi cum se va derula în continuare ziua care începe. Îmi imaginez că toate lucrurile pe care trebuie să le fac se vor derula perfect și mă umplu de iubire și de recunoștință la acest gând. Cu alte cuvinte, mă las călăuzită de forța iubirii cultivând această stare de spirit *înainte* de a face ceva! Nu-mi deschid niciodată email-urile sau pachetele primite prin poștă, nu dau telefoane importante și nu fac nimic cu adevărat semnificativ dacă nu mă simt în prealabil bine.

Atunci când mă îmbrac dimineața, simt o recunoștință profundă pentru hainele mele. Pentru a economisi timp, îmi pun întrebarea: „Care sunt hainele ideale pentru a le voi purta în această zi?” Cu câțiva ani în urmă m-am decis să mă joc puțin cu legea atracției și cu garderoba mea. În loc să încerc diferite combinații nepotrivite de haine (fapt care atrage apoi alte evenimente care nu se potrivesc sau care nu merg), m-am decis să mă las îmbrăcată de forța iubirii. În acest scop, *mi-am imaginat* cum *m-aș simți* dacă tot ceea ce aș purta s-ar asorta la modul ideal. După ce mi-am imaginat și am simțit acest lucru, mi-am pus întrebarea: „Ce trebuie să port astăzi?” În final, am rămas uluită de cât de bine asortate au fost hainele pe care le-am ales și de cât de bine mă făceau acestea să mă simt.

Atunci când merg pe stradă, urmăresc să fiu cât mai atentă și să îi observ pe oamenii care trec pe lângă mine. Încerc să transmit gânduri și sentimente de iubire cât mai multor oameni. Le privesc fețele, mă umplu de iubire și îmi imaginez că aceștia primesc iubirea mea. Pornind de la premisa că forța iubirii este sursa abundenței financiare, a fericirii în cadrul relațiilor, a sănătății perfecte și a tuturor celorlalte lucruri pe care ni le dorim, le transmit oamenilor iubirea mea, conștientă că în acest fel le transmit practic tot ceea ce își doresc.

Atunci când văd pe cineva care pare să aibă o nevoie particulară, de pildă un om care nu își poate permite să își cumpere ceea ce își dorește, îi transmit gânduri de abundență. Dacă persoana pare supărată, îi transmit fericire. Dacă pare stresată și grăbită, îi transmit pace și bucurie. Ori de câte ori fac cumpărături, merg pe stradă sau îmi conduc mașina și mă aflu în mijlocul altor oameni, fac tot ce îmi stă în puteri pentru a le transmite cât mai multă iubire posibil. Nu uit cu această ocazie să îmi exprim recunoștința pentru banii de care dispun, pentru fericirea de care mă bucur și pentru pacea și bucuria din viața mea, căci nevoile altor oameni îmi reamintesc de aceste lucruri.

Dacă mă aflu în avion, le transmit iubire celorlalți pasageri. Dacă mă aflu la restaurant, le transmit iubire celorlalți clienți, dar și membrilor personalului, precum și mâncării propriu-zise. Indiferent cu cine am de-a face, cu o organizație sau cu o corporație, cu un vânzător sau cu o altă persoană, le transmit tuturor iubire. Atunci când mă urc în mașină, îmi imaginez că m-am întors deja acasă veselă și fericită, fără să fi trecut prin incidente neplăcute, și rostesc un „mulțumesc” din inimă. Îmi pun apoi întrebarea: „Care este cel mai bun traseu pe care ar trebui să îl urmez?” Ori de câte ori intru în casă sau ies din ea, spun „mulțumesc” pentru căminul meu. Când fac cumpărături într-un supermarket, mă întreb: „De ce altceva aș mai avea nevoie?” și „Am luat totul?” Primesc întotdeauna răspunsuri la aceste întrebări.

*„Dincolo de orice îndoială, cunoașterea este o încuietore,
iar cheia care o deschide este întrebarea.”*

Ja'far al-Sadig (702 – 765)

Lider spiritual islamic

Îmi pun în fiecare zi cât mai multe întrebări, uneori de ordinul sutelor. De pildă, mă întreb singură: „Cum mă simt astăzi?”, „Ce ar trebui să fac în această situație?”, „Care este cea mai bună decizie pe care aș putea-o lua?”, „Care este soluția la această problemă?”, „Care este cea mai bună alegere în momentul de față?”, „Este această persoană o companie bună pentru mine?”, „Cum m-aș putea simți mai bine?”, „Cum mi-aș putea eleva starea de spirit?”, „Cui trebuie să îi ofer iubire astăzi?”, „Pentru ce ar trebui să mă simt recunoscătoare astăzi?”

Ori de câte ori îți pui o întrebare, tu *emiți* o vibrație, așa că trebuie să *primești* un răspuns! Trebuie să fii însă atent și lucid pentru a conștientiza răspunsurile primite la întrebările tale. Acestea îți pot veni prin lectura unui text, prin auzirea unor cuvinte sau chiar printr-un vis. Sunt și cazuri în care te trezești pur și simplu că *știi* răspunsul dorit. Cert este că îl vei primi întotdeauna!

Dacă mi s-a întâmplat să îmi rătăcesc cheile sau un alt obiect, mă întreb: „Unde îmi sunt cheile (sau obiectul pe care nu îl găsesc)?” Nu mă opresc însă aici. Atunci când îmi găsesc cheile, mă întreb: „Ce semnificație a avut acest eveniment pentru mine?” Cu alte cuvinte, de ce le-am rătăcit? Există întotdeauna o motivație care se ascunde în spatele evenimentelor din viața noastră. Așa cum spuneam, nu există accidente sau coincidențe. Uneori, răspunsul pe care îl primesc este: „Încetinește ritmul, te grăbești prea tare.” Alteori primesc următorul răspuns: „Portofelul tău nu este în poșetă.” Drept urmare, mă uit prin cameră în locul în care mi-am găsit cheile și găsesc acolo portofelul. Uneori nu primesc pe loc răspunsul dorit, dar în timp ce mă pregătesc să ies din casă sună telefonul, iar persoana de la celălalt capăt al firului îmi spune că nu mai poate veni la consultație. Îmi dau astfel seama că rătăcirea cheilor s-a datorat în acest caz unui motiv pozitiv. Pe scurt, ador pur și simplu felul în care se desfășoară viața mea. Trebuie să înțelegi însă că nu poți primi răspunsuri și sfaturi dacă nu pui întrebările de rigoare.

Uneori viața îmi scoate în cale obstacole și probleme, dar pornesc întotdeauna de la premisa că eu am fost cea care le-am atras către mine. De aceea, îmi pun imediat întrebarea cum am reușit acest lucru, astfel încât să îmi pot învăța lecția și să nu o mai repet!

În schimbul tuturor bucuriilor pe care mi le oferă viața îi transmit lumii iubirea mea, cât de mult pot. Caut întotdeauna binele în orice situație și în orice persoană. Mă simt recunoscătoare pentru tot ce mi se întâmplă. Cu cât dăruiesc mai multă iubire, cu atât mai mare este fericirea care mă inundă și care îmi taie uneori respirația. Atunci când dăruiești iubire pentru tot ceea ce primești, forța iubirii multiplică această vibrație și îți înapoiază încă *și mai multă* iubire! Dacă ți s-a întâmplat măcar o dată acest lucru, nu vei mai fi niciodată același!



Iubirea poate face orice pentru tine

Tu poți descătușa forța iubirii pentru a te ajuta în orice domeniu al vieții tale. De pildă, o poți ruga să îți aducă aminte la momentul potrivit de un lucru pe care trebuie să ți-l amintești. O poți ruga să te trezească dimineata la ora la care trebuie să te trezești. Forța iubirii poate deveni asistentul tău personal, consilierul tău financiar, medicul tău. Ea te poate ajuta să îți reglezi situația financiară, greutatea corporală, alimentația, să îți armonizezi relațiile sau să îți rezolvi orice altă problemă. Ea nu va face însă aceste lucruri pentru tine decât dacă vei deveni una cu ea prin iubire, apreciere și recunoștință, dacă te vei abandona în fața ei, având încredere în ea și renunțând să mai încerci să controlezi totul în viața ta!

*„Pe măsură ce credința ta va crește, vei descoperi
că nu mai trebuie să controlezi lucrurile,
căci acestea vor evolua de la sine în direcția dorită de tine,
iar tu te poți lăsa dus de val, spre imensa ta satisfacție.”*

Wingate Paine (1915 – 1987)

Autor și fotograf

Unește-ți forțele cu imensa putere a vieții. Dacă dorești ca forța iubirii să facă ceva pentru tine, imaginează-ți că aceasta ți-a îndeplinit deja dorința și umple-te cu iubire și cu recunoștință. Vei primi apoi cu siguranță ceea ce îți dorești.

Folosește-ți imaginația și gândește-te la toate lucrurile pe care le poate face pentru tine forța iubirii. Aceasta este însăși inteligența vieții și a Universului. Dacă îți poți imagina inteligența care poate crea o floare sau o celulă a corpului uman, vei înțelege că nu există întrebare la care această inteligență să nu-ți ofere răspunsul perfect, indiferent de situația în care te afli. Iubirea poate face orice pentru tine, dar în acest scop trebuie să devii una cu ea, realizând astfel puterea ei în viața ta.

Ce contează dacă?...

„Descoperă simplitatea în orice lucru complicat.

Descoperă armonia în mijlocul discordiei.

Descoperă oportunitatea în orice situație dificilă.”

Albert Einstein (1879 – 1955)

Fizician, laureat al premiului Nobel

Dacă te gândești la prea multe detalii, aceste amănunte minore îți vor distra atenția și te vor trage în jos. Îți va fi greu să te focalizezi asupra unei stări de spirit cât mai elevate dacă îți vei risipi atenția asupra amănuntelor lipsite de importanță. Ce contează dacă ți-ai pus rufe în uscător înainte ca programul de spălat să se fi terminat? Ce contează pentru viața ta dacă echipa ta sportivă favorită nu a câștigat săptămâna aceasta? Va exista întotdeauna o săptămână viitoare. Ce contează dacă ai ratat autobuzul? Ce contează dacă nu ai găsit portocale la magazin, întrucât tocmai s-au terminat? Ce contează dacă trebuie să stai la coadă câteva minute? La nivelul imaginii de ansamblu, ce contează toate aceste lucruri mărunte?

Detaliile lipsite de importanță nu fac decât să îți distreze atenția, putându-ți sabota întreaga viață. Dacă le acorzi o importanță prea mare, riști să nu te simți bine. Gândește-te că niciunul din aceste amănunte mărunte nu contează la nivelul imaginii de ansamblu a vieții tale! Nici măcar unul singur! De aceea, simplifică-ți cât mai mult viața și protejează-ți astfel starea de spirit pozitivă. Eliminând detaliile nesemnificative, vei crea și mai mult loc pentru lucrurile importante din viața ta, pentru cele pe care ți le dorești.

Tu ești cel care conferă semnificație vieții tale

Tu ești cel care conferă semnificație tuturor aspectelor din viața ta. Nicio situație nu este în sine bună sau rea. Tot ceea ce se întâmplă este neutru din acest punct de vedere. Un curcubeu sau o furtună nu înseamnă ceva bun sau ceva rău, ci doar două fenomene la fel de naturale. Tu ești cel care acordă semnificație curcubeului prin ceea ce simți față de el. La fel și în cazul furtunii. În mod similar, o slujbă nu este bună sau rea. Ea nu este decât o slujbă, dar tu o poți face să devină bună sau rea pentru tine în funcție de ceea ce simți față de ea. La fel, o relație nu este bună sau rea în sine. Ea nu este decât o relație, dar ea devine bună sau rea pentru tine în funcție de ceea ce simți față de ea.

*„Nimic nu este în sine bun sau rău,
dar gândurile noastre îl pot face să devină astfel.”*

William Shakespeare (1564 – 1616)

Dramaturg englez

Dacă cineva îi face rău unei alte persoane, legea atracției îi răspunde cu aceeași monedă. Ea se poate folosi în acest scop de poliție, de lege sau de alte modalități, dar răufăcătorul își va primi mai devreme sau mai târziu cu vârf și îndesat pedeapsa cuvenită. Noi primim întotdeauna ceea ce oferim. De aceea, dacă auzi de o persoană căreia altcineva i-a făcut rău, simte o stare de compasiune pentru ea, dar nu te grăbi să judeci pe nimeni. Atunci când judeci pe cineva și te gândești că este rău, tu nu îi oferi iubirea ta. În acest fel, îți lipești ție însuși pe frunte eticheta de om rău. Tu primești exact ceea ce oferi. Dacă emiți gânduri sau sentimente negative față de altcineva, indiferent ce a făcut acesta, sentimentele tale negative se întorc împotriva ta cu aceeași forță cu care le-ai emis! Altfel spus, ele vor crea circumstanțe negative în viața ta! Forța iubirii nu cunoaște justificări!

*„Viața care iubește totul
este o viață bogată și trăită plenar,
care își extinde încontinuu frumusețea și puterea.”*

Ralph Waldo Trine (1866 – 1958)

Autor aparținând curentului Noua Gândire

Iubirea este singura putere din lume

Forța iubirii nu are niciun opus. Singura putere din lume este iubirea. Nu există o forță a negativității. Oamenii din vechime au descris uneori negativitatea dându-i nume precum „diavolul” sau „răul”. A fi tentat de diavol nu înseamnă altceva decât a fi tentat să cazi în capcana gândurilor și sentimentelor negative, în loc să te identifici cu forța pozitivă a iubirii. În realitate nu există o forță a negativității. Există o singură forță, iar aceasta este forța iubirii.

Tot ceea ce există negativ în această lume are la bază absența iubirii. Indiferent dacă această negativitate se manifestă printr-o persoană, printr-un loc, printr-o circumstanță sau un eveniment, ea derivă inevitabil dintr-o lipsă de iubire. De pildă, nu există o forță a tristeții; tristețea nu este altceva decât o absență a fericirii, iar fericirea se naște din iubire.

La fel, nu există o forță a eșecului; eșecul nu este altceva decât absența succesului, iar succesul se naște din iubire. Nu există o forță a bolii; boala nu este altceva decât o absență a sănătății, iar sănătatea se naște din iubire.

Nu există o forță a sărăciei; sărăcia nu este altceva decât o absență a abundenței, iar abundența se naște din iubire. Iubirea este singura forță pozitivă a vieții, și *toate* circumstanțele negative apar *întotdeauna* ca urmare a lipsei de iubire.

Dacă umanitatea va trece un anumit punct critic și va învăța să cultive mai multă pozitivitate decât negativitate, aceasta din urmă va dispărea rapid de pe planetă. Gândește-te: ori de câte ori optezi pentru iubire, tu contribui la vindecarea de negativitate a întregii lumi! Din ce în ce mai mulți oameni cred că ne aflăm foarte aproape de acest punct de cotitură în istoria umanității. Indiferent dacă au dreptate sau nu, a sosit într-adevăr timpul să îi oferim acestei lumi cât mai multă iubire și cât mai multă pozitivitate. Fă acest lucru pentru țara ta. Fă-l pentru întreaga lume.

*„Când inima este echilibrată,
întreaga viață personală devine echilibrată.
Când viața personală este echilibrată,
viața familiei devine echilibrată.*

*Când viața familiei este echilibrată,
viața națiunii devine echilibrată.
Când viața națiunii este echilibrată,
viața întregii lumi devine echilibrată.”*
Confucius (551 - 479 Î. Ch.)
Filozof chinez



Tu poți influența întreaga lume prin puterea ta, căci ai foarte multă iubire de oferit.

AFIRMAȚII CARE EMANĂ PUTERE

• *Tot ceea ce există are o frecvență de vibrație. Absolut tot! Sentimentele tale atrag în viața ta persoane, circumstanțe și evenimente aflate pe aceeași frecvență de vibrație cu ele.*

• *Viața îți răspunde. Ea comunică cu tine. Tot ceea ce vezi – fiecare semn, fiecare culoare, fiecare persoană și fiecare obiect – tot ce auzi, toate circumstanțele și evenimentele din viața ta au exact aceeași frecvență ca și tine.*

• *Atunci când te simți fericit mai multă vreme, tu atragi în viața ta numai persoane, circumstanțe și evenimente fericite.*

• *În viață nu există accidente și coincidențe; există numai sincronități, din cauza fenomenului de rezonanță vibratorie. Aceasta este fizica vieții și a Universului.*

• *Gândește-te la un lucru pe care îl iubești și transformă-l într-un simbol al iubirii. Ori de câte ori vezi sau auzi acest simbol, conștientizează faptul că forța iubirii se află alături de tine.*

• *Lasă-te călăuzit de forța iubirii oriunde te-ai duce și orice ai face. Imaginează-ți că în ziua care urmează totul va merge bine în viața ta și emană cât mai multă iubire.*

Fă acest lucru ori de câte ori ai ceva de făcut.

• *Pune-ți zilnic cât mai multe întrebări. Legea atracției va avea grijă să primești răspunsurile la ele.*

• *Lasă-te ajutat de forța iubirii în toate demersurile tale. Iubirea poate deveni asistentul tău personal, consilier financiar, medic și consilier relațional.*

• *Dacă îți lași mintea să fie preocupată de prea multe detalii, vei fi distras de acestea și vei pierde din vedere imaginea de ansamblu. Simplifică-ți cât mai mult viața și nu mai acorda importanță micilor detalii. La urma urmelor, ce contează acestea?*

• *Forța iubirii nu are niciun opus. În viață nu există nicio altă putere decât iubirea. Toate aspectele negative din această lume au la bază o absență a iubirii.*

PUTEREA ȘI VIAȚA

Niciun om nu își poate imagina cum ar fi să *nu* existe. Noi ne putem imagina că trupul nostru a murit, dar nu și că nu vom mai exista deloc. De ce crezi că se întâmplă acest lucru? Să fie oare vorba doar de o farsă a naturii? Nici pe departe. Tu nu îți poți imagina că nu ești pentru simplul motiv că este absolut imposibil să nu ești! Dacă ți-ai putea imagina acest lucru, l-ai putea crea. Din fericire, acest lucru este imposibil. Tu ai existat dintotdeauna și vei continua să ești de-a pururi, căci tu faci parte integrantă din creație.

*„Nu a existat niciodată vreun moment în care tu
și cu mine și toți regii adunați aici nu am existat,
și nu va exista vreodată un moment în care vreunul
dintre noi va înceta să existe. Așa cum aceeași persoană
locuiește în corpuri diferite în timpul copilăriei,
al maturității și al bătrâneții, în mod similar,
după moarte ea continuă să existe într-un alt corp.
Omul înțelept nu se lasă amăgit de aceste schimbări.”
Bhagavad Gītā (Sec. V Î. Ch.)
Text hindus antic*

În acest caz, ce se întâmplă atunci când omul moare? Corpul lui nu devine inexistent, pentru simplul motiv că inexistența nu este posibilă. El se descompune însă în elementele sale de bază. Nici spiritul care a sălășluit în el, *adevăratul* său eu, nu dispare. Simplul fapt că ne spunem „ființe” umane arată faptul că noi vom continua să existăm de-a pururi. Ființa vie dinlăuntrul nostru a locuit o vreme în acest corp uman. Chiar dacă îl părăsește la un moment dat, ea nu poate dispărea. În caz contrar, în Univers ar rămâne un spațiu gol, care l-ar anihila în totalitate.

Singurul motiv pentru care nu putem vedea spiritele celor care și-au părăsit corpul fizic este că noi nu percepem frecvența de vibrație a iubirii. De altfel, noi nu percepem nici măcar frecvența ultraviolet; ce să mai vorbim de frecvența iubirii, care este cea mai înaltă din Univers și care este frecvența spiritului nostru. Nici chiar cele mai avansate echipamente tehnologice nu pot percepe această frecvență

supremă, și nici nu o vor putea face vreodată. Nu uita însă că tu poți simți iubirea. De aceea, chiar dacă ai pierdut pe cineva drag și nu îl mai poți vedea, tu poți continua să îl simți pe frecvența iubirii. Nu poți face însă acest lucru pe frecvența durerii sau a tristeții, căci aceste frecvențe de vibrație sunt net inferioare frecvenței iubirii. În schimb, dacă te situezi pe frecvența supremă a iubirii și a recunoștinței, este foarte ușor să simți spiritul celui drag. Tu ești întotdeauna conectat cu tot ceea ce există, prin forța iubirii tale.

Raiul se află în interiorul tău

*„Toate principiile cerului și pământului
se află în interiorul tău.”*

Morihei Ueshiba (1883 – 1969)

Fondatorul artei marțiale aikido

Textele din vechime afirmă că „raiul se află în interiorul tău”. De bună seamă, ele se referă la frecvența de vibrație a ființei tale. Atunci când îți vei părăsi corpul uman, tu te vei situa automat pe frecvența mult mai înaltă a iubirii pure, căci aceasta este frecvența esențială a oricărei ființe umane. În timpurile din vechime, această frecvență a iubirii pure era numită rai.

Raiul poate fi descoperit însă chiar în această viață. Nu este neapărat necesar ca trupul tău să moară pentru a descoperi frecvența iubirii. De fapt, adevăratul scop al acestei vieți este tocmai acela de a descoperi această frecvență a esenței noastre, respectiv raiul nostru interior. Descoperirea raiului pe pământ echivalează cu o viață trăită pe frecvența esenței noastre, care este iubirea și bucuria pură.

Din iubire față de viață

*„Întrebarea nu este dacă îți continui sau nu drumul,
ci dacă te bucuri de-a lungul lui.”*

Robert Thurman (N. 1941)

Savant și scriitor budist

Tu ești o ființă eternă. De aceea, ai tot timpul din lume pentru a experimenta tot ce poate fi experimentat. În realitate nu există o lipsă de timp, pentru simplul motiv că eternitatea îți stă la dispoziție! În față te așteaptă atât de multe aventuri, atât de multe lucruri de experimentat. Nu este vorba doar de aventuri trăite pe Pământ. După ce vei cunoaște tot ce poate fi cunoscut pe această planetă, îți vei continua aventurile în alte lumi. În Univers există galaxii, dimensiuni și forme de viață pe care nici măcar nu ni le putem imagina la ora actuală, iar noi le vom experimenta pe toate. Peste miliarde de ani, când vom privi creația pentru a ne alege următoarea aventură, vom avea de ales între nenumărate lumi, galaxii și dimensiuni, care se vor întinde în față noastră pentru eternitate.

Această perspectivă nu te face să te simți un pic mai special, un om mai valoros decât te credeai până acum? Gândește-te: și tu, la fel ca toți ceilalți oameni care au trăit vreodată pe acest pământ, vei continua să exiști de-a pururi!

Dacă accepți acest lucru, nu-ți vine să iei viața în brațe și să îi spui: „Mulțumesc”? Nu-ți vine să sari într-un picior de bucurie la gândul noilor aventuri care te așteaptă în față? Nu-ți vine să te urci pe un vârf de munte și să chiui de fericire: „Da!”, la gândul acestei vieți care nu se va termina niciodată?

Menirea vieții tale

„Singura cauză care stă la baza existenței tuturor lucrurilor este bucuria și recunoștința.”

Gautama Budda (563 – 483 Î. Ch.)

Fondatorul budismului

Menirea vieții tale este să te bucuri, și ce anume conferă cea mai mare bucurie în viață? Dăruirea! Dacă cineva mi-ar fi spus acest lucru cu câțiva ani în urmă, i-aș fi răspuns probabil: „Îți este ușor să spui acest lucru. Eu mă lupt să supraviețuiesc și de-abia reușesc să îmi duc zilele, așa că nu am nimic de oferit.”

Cea mai mare bucurie în viață este dăruirea pentru simplul motiv că atunci când nu dăruiești, singurul lucru care îți mai rămâne de făcut este să te lupți pentru a supraviețui. Pentru omul care nu dăruiește, viața pare plină de probleme, și tocmai când i se pare că a

ieșit în sfârșit la liman apar noi dificultăți și conflicte, iar el o ia de la capăt. Cea mai mare bucurie în viață este dăruirea și singurul lucru pe care îl putem dăruia fără limite este iubirea noastră, manifestată inclusiv prin bucurie, prin pozitivitate, prin pasiune, prin entuziasm și prin recunoștință. Acestea sunt marile comori ale vieții, și ele durează de-a pururi. Celelalte bogății ale acestei lumi nu valorează nimic prin comparație cu cel mai neprețuit dar din întreaga creație: iubirea pe care o avem în noi!

De aceea, dăruiește întotdeauna tot ce este mai bun în tine. Dăruiește-ți iubirea, căci ea reprezintă magnetul care atrage toate celelalte bogății pe care le are de oferit viața. În acest fel, viața ta va deveni mai bogată decât ai fi crezut vreodată că este posibil, întrucât atunci când dăruiești iubire tu îți împlinești practic menirea în viață. Atunci când îți oferi iubirea, tu primești și mai multă iubire, până când ajungi să te simți complet copleșit. Și totuși, iubirea și bucuria pe care le poți primi nu cunosc limite, căci aceasta reprezintă însăși esența ta infinită.

*„Cândva, când oamenii vor fi cucerit vânturile,
valurile, marea și gravitația, vom învăța să strunim
energia iubirii, iar atunci, pentru a doua oară în istorie,
omul va descoperi focul.”*

Pierre Teilhard de Chardin (1881 – 1955)

Preot și filozof

Atunci când ai venit în această lume, tu nu ai adus cu tine decât iubirea ta. Atunci când vei părăsi această lume, nu vei lua cu tine decât aceeași iubire. Atât timp cât te afli în această lume, ori de câte ori optezi pentru a te simți bine și pentru a te bucura de ceva pozitiv, tu îți oferi practic iubirea și contribui la vindecarea acestei lumi. În acest fel, toate lucrurile pe care ți le dorești, la care visezi și pe care le iubești te vor urma oriunde te-ai duce.

În tine există cea mai mare forță din Univers. Dacă vei învăța să o strunești, vei *dispune* de cea mai minunată viață posibilă!

Puterea se află în interiorul tău.

AFIRMAȚII CARE EMANĂ PUTERE

- *Tu ai existat dintotdeauna și vei continua să exiști de-a pururi, căci faci parte integrantă din această creație.*
- *La fel ca toți oamenii pe care îi cunoști și ca toți cei care au trăit vreodată pe acest pământ, tu nu ai nici început, nici sfârșit.*
- *A găsi raiul pe pământ înseamnă a-ți trăi viața pe frecvența fundamentală a ființei tale, care este iubire și bucurie pură.*
- *Cea mai mare bucurie în viață este dăruirea: atât timp cât nu dăruiești, ești predestinat să te lupți pentru existența ta.*
- *Iubirea, bucuria, pozitivitatea, pasiunea, entuziasmul și recunoștința ta sunt adevăratele comori ale vieții și durează de-a pururi. Celelalte bogății ale lumii nu valorează nimic prin comparație cu cel mai neprețuit dar al creației: iubirea din interiorul tău!*
- *Dăruiește-ți în permanență iubirea, căci aceasta reprezintă un veritabil magnet care atrage către tine toate bogățiile vieții.*
- *Cât timp te afli pe acest pământ, ori de câte ori optezi pentru ceva pozitiv care te face să te simți bine, tu îți oferi practic iubirea și înalți astfel întreaga lume.*

*Fie ca Puterea să îți aducă iubire și bucurie
pentru tot restul vieții tale.*

*Aceasta este intenția mea pentru tine
și pentru întreaga lume.*

CUPRINSUL

Cuvânt înainte	5
Mulțumiri.....	7
Introducere	9
CE ESTE PUTEREA.....	11
PUTEREA SENTIMENTELOR	24
FRECVENȚELE SENTIMENTELOR	33
PUTERE ȘI CREAȚIE	43
SENTIMENTELE ÎNSEAMNĂ CREAȚIE	55
VIAȚA TE URMEAZĂ... ..	65
CHEILE PUTERII	77
PUTEREA ȘI BANII	97
PUTEREA ȘI RELAȚIILE	112
PUTEREA ȘI STAREA DE SĂNĂTATE	129
PUTEREA ȘI TU	145
PUTEREA ȘI VIAȚA	158

Despre autoare

Intenția declarată a Rhondei Byrne *este să ofere bucurie miliardelor de oameni.*

Ea și-a început călătoria prin crearea filmului *Secretul*, care a fost vizionat de milioane de oameni de pe întreaga planetă. A scris apoi cartea cu același titlu, care a devenit un bestseller tradus în 46 de limbi.

Prin cartea *Puterea*, Rhonda Byrne își continuă misiunea sa de spărgător de gheață, revelându-ne cea mai mare forță din Univers.

